உ

சிவமயம்.

ஸ்ரீகோரக்ஷநாதர்சிஷ்யராகிய

ஸ்ரீ சுவாத்மாராமயோகீந்திரர்

அருளிச்செய்த

ஹடயோகப்பிரதீபிகை

சம்ஸ்கிருதமூலம்.

இஃது

தஞ்சைமாநகரம்

வெ. குப்புஸாமிராஜு அவர்களால்

தமிழிற்செய்யப்பட்ட

தத்துவப்பிரகாசிகையென்னும்

விருத்தியுரையுடன்

மைசூர் டிஸ்டிரிக்ட்கோர்ட் பிளீடர்

மகா-௱-௱-ஸ்ரீ ஸ்ரீநிவாஸப்பிள்ளையவர்கள்

சகாயத்தால்

திருவையாறு

"கீர்வாண வாணீ விலாஸ அச்சுக்கூடத்தில்"

பதிப்பிக்கப்பட்டது.

துர்முகி ௵ கார்த்திகை ௴

அறிக்கை.



அடியிற்கண்டபுத்தகங்கள் வேண்டியவர்கள் தஞ்சை, ரப்பர்முத்திரைசெய்யும் வி. கோவிந்தன் அண்டு பிரதர்ஸ் என்பவர்களிடத்திலும், சென்னை மதிராஸ் ரிப்பன் அச்சுயந்திரசாலை சை. இரத்தினசெட்டியா ரவர்களிடத்தும் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

ஹடயோகப்பிரதீபிகை விலை	ரூ 1—8—0
சூதசங்கிதை	1—8—0
விசாரசந்திரோதயம்	1—0—0
பிரமகீதை	2—8—0
ரிபுகீதை	2—8—0
சாந்தோக்கியவுபநிடதத்திற் கூறி யதத்துவமஸி மகாவாக்கியத்தின் ஒன்பதுமுறையுபதேசம்	0—3—0

முகவுரை.

பரம புருஷார்த்தமாகிய மோக்ஷத்தை யடைதற்குச் சாதனமாகச் சாங்கியம் யோகமென இரண்டு மார்க்கங்கள் சுருதி ஸ்மிருதி இதிகாச புராணாதிகளிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் சாங்கியம் ஒருவற்கும் யோகம் ஒருவற்கும் எளிதாயிருக்கும். ஆயினும் சாங்கியம் பூர்வாப்பியாசமுடைய உத்தமோத்தம அதிகாரிகளுக்கே எளிதாம். ஆகலால் இங்கே (இந்நூலில்) மற்றைய அதிகாரிகளை யுத்தேசித்து யோகம் விரிக்கப்படுகின்றது. யோகமென்பது பிரமாணம், விபரியயம், விகற்பம், நித்திரை, ஸ்மிருதியென்னும் * ஐந்து விருத்திகளையும் நிரோதித்தலால் சித்தம் நிர்விஷய சைதன்னியமாத்திரமாக நிலைத்தலாம். அந்த யோகத்திற்கு உத்தம மத்திம மந்தாதிகாரிகளை முன்னிட்டுக் கிரமமாக அப்பியாச வைராக்கியமும், தவம் சுவாத்தியாயம் ஈசுரப்பிரணிதானமென்னும் கிரியாயோகமும், இயமாதி அஷ்டாங்கங்களும் சாதனமாகப் பாதஞ்சலசூத்திரத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அந்தச் சாதனயோகமும் வியவகாரத்தினால் மந்திரயோகம் ஹடயோகம் இலயயோகம் இராஜயோகமென நான்கு வகையாம். அவற்றுள் விதிபூர்வகமாக மந்திரத்தைப் பன்னிரண்டு வருஷம் வரையிற் பிரயோகித்தல் மந்திரயோகமாம். இப்படி யப்பியசிக்கின் கிரமமாக அணிமாதிசித்திகளை யடைவன். அற்பபுத்தியுடைய அதமசாதகன் இந்த மந்திரயோகத்தை யநுஷ்டிப்பன். மற்ற ஹடலய ராஜயோகங்கள் இந்நூலிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த யோகம் சர்வோத்தமர்களாகிய பிரமா விஷ்ணு ருத்திரர்களாலும், நா

---

* இவற்றைப் பாதஞ்சலசூத்திரத்தில் விரிவாய்க் காணலாம்.

ரதர் சுகர் யாஞ்ஞவல்கியர் வசிஷ்டர்முதலிய ஞானசிரேஷ்டர்களாலும், மச்சேந்திரர்முதலிய சித்தர்களாலும் அப்பியசிக்கப்பட்டதாம். இதை ஸ்ரீ ஆதிநாதராகிய பரமேசுவரன் மச்சேந்திரநாதருக் குபதேசித்தார். அவர் கோரக்ஷநாதருக் குபதேசித்தார். அந்தக் கோரக்ஷநாதரது கிருபையால் ஹடவித்தையைப் பெற்ற சுவாத்துமாராம யோகீந்திரர் இக்காலத்து முமுக்ஷுக்கள் எளிதாய் உணரும்பொருட்டு யோகவிஷயத்தில் மிகச் சிறந்து விளங்காநின்ற ஹடயோகப் பிரதீபிகை யென்னும் இந்நூலை வடமொழியிற் செய்தருளினர். இதில் நான் குபதேசங்க ளிருக்கின்றன. அவற்றுள் முதலுபதேசத்தில் யோகத்திற்கு முதலங்கமாயும், தேக மனதுகளின் இராஜோதர்மமாகிய சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுத்து ஸ்திரத்தன்மையைச் செய்வதாயுமிருக்கும் ஆசனஞ் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. இரண்டாவ துபதேசத்தில் மலசுத்தியையும், மலசுத்தியால் ஹடசித்தியையும் வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையையும், வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையால் சித்தத்தின் ஸ்திரத்தன்மையையும், வாயு மனதுகளின் ஸ்திரத்தன்மையால் தீர்க்காயுசு அணிமாதி ஐசுவரியமுடைமைமுதலிய சித்திகளையுந் தருதற் கேதுவாயுள்ள பிராணாயாமம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. மூன்றாவ துபதேசத்தில் குருவாக்கியதற்பரனாய், ஆசனகும்பகாதிகளைச்செய்பவனாய், ஆகார விகாரமுதலிய செய்கைகளில் ஒழுங்குடையவனாயிருந்து, இடைவிடாது அடிக்கடி பழகுவோனுக்கு அணிமாதி சித்திகளையும் மிருத்தியுஜயத்தையுந் தரத்தக்க மகாமுத்திரைமுதலிய பத்து முத்திரைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. நான்காவ துபதேசத்தில் மிக வுத்தமமானதும் ஆதிநாதராற் சம்பாதிக்கப்பட்ட கோடிசமாதிக்கிரமங்களுள் இலக்கியமானதும், மிருத்தியுவைக் கெடுப்பதும், யோகி தன்றேகத்தைச் சுவேச்சையாக விடுதற்கேதுவாயுள்ளதும், தத்துவஞானத்தையுதிப்பித்து வாசனாக்ஷய பூர்வகமாக ஜீவன்முக்திசுகத்திற்குபாயமாயுள்ளதும், பிராரப்தத்தைக்குறைத்து ஜீவப்பிரமவைக்

தம் செய்வித்து அத்தியந்தபிரமாநந்தப் பிராப்தியாகிய மோக்ஷத்தைத் தருவதுமான பிரத்தியாகாராதி வடிவமாகிய சமாதிக்கிரமம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதுவே யோகமார்க்கத்தையறிய விரும்புவோர்களுக்குத் தக்க நூலாம். இது வடநாட்டிற் பிரபலமாய் வழங்கிவரினும் தென்னாட்டில் இத்தகைய நூல் இதுவரையிலும் வாராமையால், நமதுநாட்டிலுள்ளவர்கள் யாவரும் யோக மிவ்வியல்பினதென் றுணரும்பொருட்டு, இந்நூலிற்கு ஸ்ரீபிரமாநந்தரால் செய்யப்பட்ட சம்ஸ்கிருத வியாக்கியானத்திற்கிணங்கத் தமிழில் தத்துவப்பிரகாசிகையென்னும் விருத்தியுரையும் அதற்காங்காங்கு விளக்கவுரையும்செய்து சம்ஸ்கிருத மூலத்துடன் பிரசுரிக்கப்பட்டது. இதில் ஏனைய யோகசாஸ்திரங்களிலுள்ள எல்லாவிஷயங்களு மடங்கியிருக்கின்றன. இது அதிகாரிகளாவார் யாவர்க்கும் இன்றியமையாததென்பது இந்நூலின்கண்ணேயே இனிது விளங்கும். சம்ஸ்கிருதமும் தமிழு முணர்ந்தவர்களும், தமிழ்மாத்திர முணர்ந்தவர்களுமாகிய இருதிறத்தாருக்கு முதவும்வண்ணம் சாதாரணமான தமிழ்நடையிலெழுதப்பட்டிருக்கின்றது. இது வடமொழிக்கு கோசுவேயிருக்கவேண்டு மென்னும் கருத்தால் பெரும்பாலும் தமிழ்நடை வடமொழிச் சார்பாகவே யிருக்கும். அப்பியாசக்கிரமங்களெல்லாம் இந்நூலில் மிக வெளிப்படையாகக் காட்டப்பட்டிருக்கினும்; அவற்றைக் குருவின்றிச் சுதந்திரமாகச் செயலாகாது. அப்படிச் செய்யுமிடத்து நோய்முதலியவற்றால் வருந்துதலும் மரணமு முண்டாம். இக்காலத்தில் அதிகாரிகளி னருமைப்பாட்டானும், சம்பிரதாய நழுவுதலானும் இந்த ஹடயோகம் சாங்கோபாங்கமாகத் துர்லபமாயினும், சிலவிரக்தர்களுக்கு ஒவ்வோர் அங்கம் சித்திக்கும் அதாவது ஷட்கிரியை, அநேக ஆசனங்கள், முத்திரைமுதலிய அங்கங்களில் ஒவ்வோர் அங்கம் சித்திக்கும். அதனையே பூரணமாக அப்பியசிக்கின், அதுவே குருவாயிருந் துணர்த்துதலால் மற்ற அங்கங்களோடு யோகமுழுவதும் சித்திக்கும். அது பாதஞ்சலருத்தி

பாஷியத்தில், "𑌯𑍋𑌗𑍇𑌨 𑌯𑍋𑌗𑍋 𑌜𑍍𑌞𑌾𑌤𑌵𑍍𑌯𑍋 𑌯𑍋𑌗𑍋 𑌯𑍋𑌗𑌾𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌵𑌰𑍍𑌤𑌤𑍇 ॥ யோகத்தினல் யோகம் அறியத்தக்கது. யோகத்தால் யோகம் விருத்தியாகும் என்னும் சௌபாக்கியலக்ஷ்மியுபநிஷத்தின் வாக்கியத்தால் யோகத்திற்கு யோகமே குருவாம்" என்று வியாசபகவானும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஹடயோகத்தைத் தீபம்போற் பிரகாசிப்பிப்பதாயிருந்தலால், இந்நூலிற்கு* ஹடயோகப்பிரதீபிகையென்றும்; தீபத்தின் பிரகாசம்போற் சம்சயாதி யந்தகாரத்தை யொழித்துத் தத்துவத்தை (உண்மைப்பொருளை) யுணர்த்துவதாயிருந்தலால், இதனுக்குத் தத்துவப்பிரகாசிகை யென்றும் பெயரிடப்பட்டது.

"𑌯𑍋𑌗𑍀𑌶𑍍𑌵𑌰𑌾𑌂𑌶𑍍𑌚 𑌯𑍋𑌗𑌂 𑌚 𑌯𑍋𑌗𑌶𑌾𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌂𑌶𑍍𑌚 𑌪𑌾𑌰𑍍𑌵𑌤𑌿 । 𑌨𑌿𑌨𑍍𑌦𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌯𑍇 𑌰𑌾𑌕𑍍𑌷𑌸𑌾𑌸𑍍𑌤𑍇 𑌨𑌰𑌾𑌃 𑌕𑍍𑌷𑌿𑌤𑍌" ஏ! பார்வதி! யோகீஸ்வரர்களையும் யோகத்தையும் யோகசாஸ்திரத்தையும் எந்த நார்கள் நிந்திக்கின்றார்களோ, அவர்கள் பூமியில் இராக்ஷதர்களாவர்" என்பது சிவவாக்கியம்.

𑌯𑌦𑌕𑍍𑌷𑌰𑌪𑌦𑌭𑍍𑌰𑌷𑍍𑌟𑌂 𑌮𑌾𑌤𑍍𑌰𑌾𑌹𑍀𑌨𑌂 𑌚 𑌯𑌦𑍍𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 । 𑌤𑌤𑍍𑌸𑌰𑍍𑌵𑌂 𑌕𑍍𑌷𑌮𑍍𑌯𑌤𑌾𑌂 𑌦𑍇𑌵 𑌨𑌟𑌰𑌾𑌜 𑌨𑌮𑍋𑌽𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌤𑍇 ॥ ஓ! நடராஜப் பெருமானே! உமக்கு நமஸ்காரம். இதிலுண்டாகும் எழுத்துக் குற்றம் சொற்குற்றமுதலிய யாவையும் க்ஷமிக்கக்கடவீராக.

---

* இந்நூலில் ஹட லய ராஜயோகங்கள் மூன்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கினும், அவற்றுள் ஹடயோகத்தைப் பிரதானமாகவும், மற்றிரண்டையும் ஹடயோகவாயிலாகவும் பிரதிபாதித்தலால், இந்நூலிற்கு ஹடயோகப்பிரதீபிகையெனப் பெயரிடப்பட்டது.

வே. துப்புஸ்வாமிராஜு.

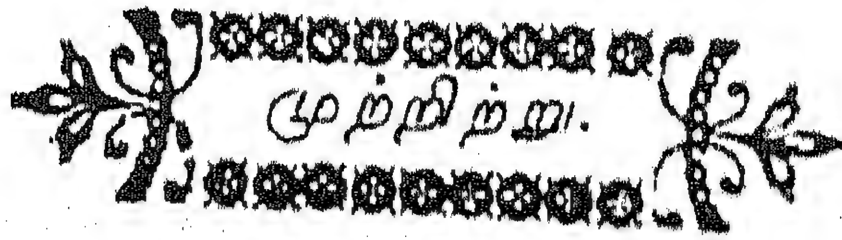
சிவமயம்.

விஷய அட்டவணை.

* இவ்வடையாளமிட்டுள்ளன விளக்கவுரையிலுள்ள விஷயங்களாம்.

இந்நூலில் மேற்கோளாகக் காட்டப்பட்ட சாஸ்திரங்களின் பெயர்கள்.

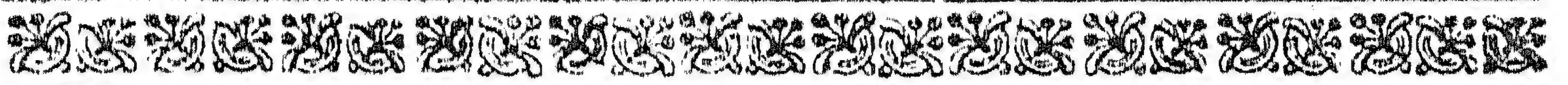
1	இருக்குவேதம்	33	பிரமமீமாம்சை
2	கடவல்லியுபநிஷத்து	34	திரிபுராசாரசமுச்சயம்
3	மாண்டூக்கியவுபநிஷத்து	35	ஸ்கந்தபுராணம்
4	முண்டகோபநிஷத்து	36	வாயுசங்கிதை
5	தைத்திரீயவுபநிஷத்து	37	சூதசங்கிதை
6	சாந்தோக்கியவுபநிஷத்து	38	பதுமபுராணம்
7	பிரகதாரண்யவுபநிஷத்து	39	கூர்மபுராணம்
8	சுவேதாசுவதரவுபநிஷத்	40	உருத்திரகீதை
9	யோகசிகோபநிஷத்து	41	இலிங்கபுராணம்
10	வராகோபநிஷத்து	42	பிரமாண்டபுராணம்
11	மைத்திராயண்யவுபநிஷத்	43	பிரமகைவர்த்தம்
12	யோகதத்துவோபநிஷத்து	44	பாகவதம்
13	மகோபநிஷத்து	45	கருடபுராணம்
14	சாண்டில்யோபநிஷத்து	46	விஷ்ணுபுராணம்
15	அர்சணோபநிஷத்து	47	நாரதீயம்
16	யோகசூடாமணியுபநிஷத்	48	ஆதித்யபுராணம்
17	திரிசிகியுபநிஷத்து	49	வாயுபுராணம்
18	யோககுண்டலியுபநிஷத்	50	நந்திகேசுவரபுராணம்
19	அன்னபூர்ணோபநிஷத்து	51	மகாபாரதம்
20	தியானபிந்தூபநிஷத்து	52	பகவற்கீதை
21	முக்திகோபநிஷத்து	53	யோகவாசிஷ்டம்
22	யோகபீஜம்	54	பதஞ்சலிசூத்திரம்
23	பராசரஸ்மிருதி	55	வியாசபாஷ்யம்
24	யாஞ்ஞவல்கியஸ்மிருதி	56	இராஜசித்தாந்தராஜயோகம்
25	தக்ஷஸ்மிருதி		
26	ஈதிதர்மப்பிரகாணம்	57	தத்தாத்திரேயர்
27	விஷ்ணுதர்மம்	58	மகரிஷிமாதங்கர்
28	மகாகாளயோகம்	59	சநாதனசித்தாந்தம்
29	உருத்திரயாமளம்	60	சித்தசித்தாந்தபத்ததி
30	பிரமஞானதந்திரம்	61	கோரக்ஷசங்கிதை
31	சிவசங்கிதை	62	கோரக்ஷசதகம்
32	சிவாம்புகல்பம்	63	ஷட்சக்கரநிரூபணம்


முற்றிற்று.

பிழைதிருத்தம்.

பக்கம்.	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
உ	கக	ஹடயோகமாமென்றும்	ஹடயோகமாமென்னும்
,,	உரு	விகனம்	விக்கினம்
ங	கச	வாயிலாக்க	வாயிலாகக்
,,	கரு	அதிக	அதி
ரு	ககூ	பெரிய	பெயரிய
க0	கூ	ஜலதகை	ஜலந்கை
கஉ	உசா	யோகசித்தாமணி	யோகசிந்தாமணி
கங	க0	அதிகா	அதிகார
கசா	கக	மாடகா	மடகர
கஎ	கங	இரமியமான	இரம்மியமான
கஅ	கச	மஃ)ம	மஃ)
சங	ங	சமமாகப	சமமாகப்
,,	,,	அப்பாத	பாத
,,	கூ	விவேகிகள்	விவேகிகள்
சச	க	ஆசனங்களிருந்து	ஆசனங்களிலிருந்து
சஎ	கஉ	வரை	(வரை
சஅ	கஎ	நிரைக்கப்பட்டு	நிறைக்கப்பட்டு
,,	ககூ	சொல்லப்பட்டிருக்ன்றது	சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது
ருக	ங	கயா	கயா”
,,	அ	துர்ஜன	“துர்ஜன
ருசா	ங	காணை	காரணை
சாச	கஎ	சிங்கைதமகிழ;	;சிங்கைதமகிழ
,,	கஅ	சேர்ந்திடிலோ	சேர்ந்திட்டிலோ;
அங	உக	காறற	காற்ற
கூக	உரு	செய்தால்	செய்தலால்
க0ச	கக	(மாதி)ரி	(மாதிரி)
,,	உச	நிரோதிதது	நிரோதித்து
க0கூ	கக	வேளி	வெளி
கக0	உ0	மெய்யெழுத்துக்களையும்	மெய்யெழுத்துக்களை
ககச	கங	வாகியசுதை	வாக்கியசுதை
ககஅ	ச	தாரிபாய்	தாரிபாய்

பக்கம்.	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
௧௧௮	௪	ஸ்ரீதாம்யரராய்	ஸ்ரீதாம்பரராய்
௧௨௪	௧	அகன்பின்	அதன்பின்
,,	௧௪	கேலற	க்ஷேமா
,,	௧௯	ஞிஞெ	ஞாமே
௧௩௩	௨௫	நாம்பின்	நரம்பின்
௧௪௬	௧௭	சழுகுகின்றது	ஒழுகுகின்றது
,,	௨௩	வஜ்ஜிரசசைசப	வஜ்ஜிரத்தைதப்
௧௪௨	௧௯	இவ்வெல்லா (ஜகத்து) புமாம்	இவ்வெல்லாமு(ஜகத்து) மாம்
௧௪௫	௨௭	சொல்லப்பட்டன	சொல்லப்பட்ட
௧௪௭	௭	சதைய	சதையமு
,,	௧௪	நீறுகின்றது	நீளுகின்றது
௧௪௮	௧௬	ரானத்தன்மை	சானத்தன்மை
,,	௨௨	ஜெழ	ஜொழ
௧௪௯	௧௭	பக்திக்கிறன்றோதா	பக்திக்கின்றதோதா
௧௫௦	௧௮	சித்தாந்தத்தில்	சித்தாந்தத்தினால்
௧௫௫	௨௬	கூடிய	கூடியதாம்
௧௫௬	௧௨	வெளிப்படுவெற்கு	வெளிப்படுவதற்கு
௧௬௧	௧௩	ஹீகலுய)	ஹீகலுமேய)
௧௬௮	௫	இடதுநாடி	இடை நாடி
௧௭௨	௧௨	(ஏதனை	ஏதனல்(
,,	௨௩	சொல்லுவதினால்	சொல்லுவதினால்
௧௮௧	௮	இலையம	இலயம்
௧௯௪	௨௫	தலால்	தலால்.
௧௯௬	௧௧	சமபவிக்க	சம்பவிக்க
௧௯௭	௮	பொருக்காதநாம்	பொறுக்காததாம்
௨௦௧	௬	அழுக	அழுத
௨௧௪	௧௬	(பிராணன்ஸ்திர)	(பிராணன்)ஸ்திர
௨௩௫	௨௩	பிராணைப்பியசத்	பிராணைப்பியாசத்
௨௪௦	௧	†	*
,,	௨	துரியாவஸ்தையை	(துரியாவஸ்தையை)
௨௫௧	௧௦	கெடுதலில்	கெடுத்தலில
௨௫௯	௧௬	எ-று	இதிற்சமுசயமில்லை. எ-று
௨௭௦	௨௨	(வடிவ)	(பகவத்வடிவ)



ஸ்ரீ கணேசாய நம:

ஹடயோகப்பிரதீபிகை.

முதல் உபதேசம்.

உரைவாழ்த்து.

நத்வா கணபதிம் ஸாம்பம் குரும் தத்த்வப்ரகாசிகாம்
ஹடயோகப்ரதீபஸ்ய குர்வே த்ராவிடபாஷிகாம் ॥

(இ-ள்) ஸ்ரீ கணபதியையும், அம்பிகைசமேதராகிய பரமேசுவரனையும், குருவையும் நமஸ்கரித்து ஹடயோகப் பிரதீபிகைக்கு தத்துவப் பிரகாசிகை யென்னும் தமிழுரையைச் செய்கிறேன். எ-று.

(அவதாரிகை) முமுக்ஷுக்களது நன்மையின் பொருட்டு இராஜயோக வாயிலாகக் கைவல்யபலத்தையுடைய ஹடயோகப் பிரதீபிகையை விதிக்கவிருப்பமுள்ளவராகிய மிகுந்த கருணையுள்ள ஸ்வாத்மாராமயோகீந்திரர், அஃது இடையூறின்றி இனிது முடியும்பொருட்டு, ஹடயோகப் பிரவர்த்தகராகிய ஸ்ரீ ஆதிநாதருக்கு நமஸ்கார லக்ஷணமுள்ள மங்கல (வாழ்)த்தை முதலில் ஆசரிக்கின்றார்.

நூன்மங்கலம்.

ஸ்ரீ ஆதிநாதாய நமோஸ்து தஸ்மை யேநோபதிஷ்டா ஹடயோகவித்யா । விப்ராஜதே ப்ரோந்நதராஜயோகம் ஆரோடுமிச்சோரதிரோஹிணீவ ॥ ௧ ॥

(இ-ள்) மிகவும் உயர்ந்த இராஜயோகத்தில் ஏற இச்சையுள்ளவர்களுக்கு ஏணியைப்போல விளங்கும் ஹடயோக வித்தையையுபதேசித்த ஸ்ரீ ஆதிநாதருக்கு நமஸ்காரம் எ-று.

இங்கே ஸ்ரீஆதிநாதனென்றமையால், சர்வேசுவரனாகிய சிவனென்றாவது அல்லது ஸ்ரீயென்னும் இலக்ஷ்மிக்கு நாதனாகிய விஷ்ணுவென்றாவது கொள்ளலாம். ஆனால் பார்வதிக்குப் பரமேசுவரராகிய ஸ்ரீஆதிநாதர் ஹடவித்தையை உபதேசித்தது மகாகாளயோகசாஸ்திரமுதலியவற்றில் பிரசித்தம். மற்ற மந்திரயோக ஹடயோக முதலிய கீழ்ப்பூமிகளுக்கெல்லாம், இந்த இராஜயோகம் மேற்பூமியாயிருத்தலால் மிகவுமுயர்ந்ததென்னப்பட்டது. மிகவுயர்ந்த உப்பரிகையில் ஏற இச்சையுள்ளவர்களை ஏணியானது வருத்தமின்றி அவ்வுப்பரிகையிற் சேர்ப்பிப்பதாயிருத்தல்போல, இந்த ஹடதீபிகையும் மிகவுன்னதமாகிய இராஜயோகத்தில் ஏற இச்சையுள்ளவர்களை வருத்தமின்றி அவ்விராஜயோகத்திற் சேர்ப்பிப்பதாயிருக்கின்றதென்பது உவமையலங்காரம். ஹ-வென்பதுசூரியன். ட-வென்பதுசந்திரன். இவ்விரண்டின்யோகம் (சேர்க்கை) ஹடயோகமாம். இதனால், சூரியசந்திரர்களென்னும் பிராணாபானனிரண்டின் ஐக்கிய லக்ஷணமாகிய பிராணாயாமம் ஹடயோகமாமென்றும் ஹடயோகலக்ஷணம் சித்தித்தது. இது கோரக்ஷநாதரால் செய்யப்பட்ட சித்தசித்தாந்தபத்ததியென்னும் நூலிலும் "𑌹𑌕𑌾𑌰𑌃 𑌕𑍀𑌰𑍍𑌤𑌿𑌤𑌃 𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑌃 𑌠𑌕𑌾𑌰𑌶𑍍𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰 𑌉𑌚𑍍𑌯𑌤𑍇 । 𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑌾𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌮𑌸𑍋𑌰𑍍𑌯𑍋𑌗𑌾𑌦𑍍𑌧𑌠𑌯𑍋𑌗𑍋 𑌨𑌿𑌗𑌦𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ ௧ ॥ (*) ஹகாரம் சூரியனென்றும் டகாரம் சந்திரனென்றும் சொல்லப்படுகின்றது. சூரியசந்திரர்களின் சேர்க்கையால் ஹடயோகம் எனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(அ-கை) இப்படிப் பரமகுருநமஸ்கார லக்ஷணமாகிய மங்கலஞ்செய்து, விக்னம் மிகுதியாயிருக்கின், மங்கலமும் மிகுதியாய்ச் செய்யவேண்டியதாமென்னும் நியாயத்தால், தனது குருநமஸ்

(*) இது யோகசிகோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது

காலக்ஷணமாகிய மங்கலத்தை ஆசரிக்கின்றவராய், இந்நூலின் விஷயம் பிரயோஜனமுதலியவற்றைக் காட்டுகின்றார்.

𑌪𑍍𑌰𑌣𑌮𑍍𑌯 𑌶𑍍𑌰𑍀𑌗𑍁𑌰𑍁𑌂 𑌨𑌾𑌥𑌂 𑌸𑍍𑌵𑌾𑌤𑍍𑌮𑌾𑌰𑌾𑌮𑍇𑌣 𑌯𑍋𑌗𑌿𑌨𑌾 । 𑌕𑍇𑌵𑌲𑌂 𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌾𑌯 𑌹𑌠𑌵𑌿𑌦𑍍𑌯𑍋𑌪𑌦𑌿𑌶𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ ॥ ௨ ॥

(இ-ள்) தனது ஸ்ரீகுரு (கோரக்க) நாதனை பக்திபூர்வகமாக நமஸ்கரித்துச், சுவாத்துமாராமயோகியால் இராஜயோகமாத்திரஞ் சித்திக்கும்பொருட்டு ஹடவித்தை யுபதேசிக்கப் படுகின்றது. எ-று.

இங்கே மாத்திரமென்னும் பதத்தால், ஹடவித்தைக்கு இராஜயோகமே முக்கியபிரயோஜனமாம்; பற்றைத்தருவனவாயிருத்தலால், சித்திகள்பிரயோஜனமாகாவென்பது அபிப்பிராயம். இதனால் இந்நூலிற்கு இராஜயோகபல (பிரயோஜன) த்தோடு கூடிய ஹடயோகம் விஷயமென்பதும்; இராஜயோகவாயிலாக்க கைவல்யம் பலமென்பதும்; அதில்விருப்பமுடையவன் அதிககாரியென்பதும்; கிரந்தத்திற்கும் விஷயத்திற்குமுள்ள பிரதிபாத்தியப்பிரதிபாதகபாவசம்பந்தமும், நூலிற்கும் கைவல்லியத்திற்குமுள்ள பிரயோஜ்யபிரயோஜகபாவசம்பந்தமும், நூலின் பெயரால் வழங்கப்படும் ஸபல (பிரயோஜனமுடைய) யோகத்திற்கும் கைவல்யத்திற்குமுள்ள சாத்தியசாதனபாவசம்பந்தமுமாகிய இவை சம்பந்தமாமென்பதும் சொல்லப்பட்டது. (2)

(அ-கை) மந்திரயோக சகுணத்தியான நிர்க்குணத்தியான முத்திரை முதலியவைகளினாலேயே இராஜயோகம் சித்திப்பதாயிருக்க, ஹடவித்தையை யுபதேசிப்பதாலென்ன பிரயோஜனமென்று ஆசங்கித்து, எழுந்த (சஞ்சல) சித்தமுடையவர்களுக்கு மந்திரயோக முதலியவற்றால் இராஜயோகம் சித்தியாதாகலின், ஹடயோகத்தினாலேயே இராஜயோகஞ் சித்திக்குமென்று சொல்லுகிறவராய்க் கிரந்தத்தைப் பிரதிஞ்ஞைசெய்கின்றார்.

ப்ராந்த்யா பஹுமதத்வாந்தே ராஜயோகமஜாநதாம் |
ஹடப்ரதீபிகாம் தத்தே ஸ்வாத்மாராம: க்ருபாகர: || ௩ ||

(இ-ள்) மந்திரயோகாதி அநேகமதங்களிடமாகிய காடாந்தகாரத்திலுண்டாகிய பிராந்தியினால் (அந்தந்த வுபாயங்களினால் இராஜயோகத்தின் பொருட்டுப் பிரவர்த்தித்தவர்களுக்கு அங்கங்கே அது கிட்டாமையும், "இராஜயோகமின்றிச் சித்திக்கு" மென்று சொல்லுதலுமாகிய இவைமுதலியவற்றால்) இராஜயோகத்தை யறியாதவர்களுக்குக் கிருபாகரனாகிய சுவாத்துமாராமனால் ஹடப்பிரதீபிகை செய்யப்படுகின்றது. எ-று.

கிருபாகரனென்பது கிருபையைச் செய்பவன் அல்லது கிருபைக்கு ஆகரமாயுள்ளவன் என்று பொருள்படும். இதனால் ஹடப்பிரதீபிகையைச் செய்தற்கு அஞ்ஞானிகளிடமுள்ள இரக்கமே காரணமென்பது சொல்லப்பட்டது. சுவ (தனது) ஆத்துமாவில் இரமித்தலால் சுவாத்துமாராமனாவன். ஹடயோகத்தைத் தீபத்தைப்போலப் பிரகாசிப்பிப்பதாயிருத்தலால் ஹடப்பிரதீபிகையாம்; அல்லது ஹடமேபிரதீபிகையாம். இராஜயோகத்தைப் பிரகாசிப்பிப்பதா யிருத்தலால்.

சுவாத்துமாராமனென்றதனால் ஞானத்தின் ஏழுபூமியையுமடைந்த பிரமவித்துவரிஷ்ட னெனப்பட்டது. அப்படியே (முண்டக) சுருதியும் "ஆத்மக்ரீட ஆத்மரதி: க்ரியாவாநேஷ ப்ரஹ்மவிதாம் வரிஷ்ட:- ஆத்மக்கிரீடையும் ஆத்மாவில் இரமித்தலுமாகிய கிரியையையுடைய இவன் பிரமவித்துக்களில் வரிஷ்டன் (மிகமேலானவன்)" என்று கூறுகின்றது. இந்தச் சப்தபூமிகள் யோகவாசிஷ்டத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன:— "ஜ்ஞாநபூமி: ஶுபேச்சாக்யா ப்ரதமா ஸமுதாஹ்ருதா | விசாரணா த்விதீயா ஸ்யாத் த்ருதீயா தநுமாநஸா || ஸத்த்வாபத்திஶ்சதுர்த்தீ ஸ்யாத் ததோ(அ)ஸம்ஸக்திநாமிகா | பதார்த்தாபாவி

ஷஷ்டீ ஸப்தமீ துர்யகா ஸ்ம்ருதா॥ முதலாவது (*) ஞானபூமி சுபேச்சை, இரண்டாவது விசாரணை, மூன்றாவது தனுமானஸி, நான்காவது சத்துவாபத்தி, ஐந்தாவது அசம்சத்தி, ஆறாவது (†) பதார்த்தாபாவினி, ஏழாவது துரியமெனப்படும்". விவேகவைராக்கியங்களோடுகூடிய சமதமாதிபூர்வகமாகிய தீவிரமுமுக்ஷுத்துவம், சுபேச்சை. 2. சிரவணமனனசீலனமுடையது, விசாரணை. 3. அநேகார்த்தங்களைக் கிரகிக்கும் மனம், அவ்வநேகார்த்தங்களைவிட்டுச் சத்தென்னும் ஏகார்த்தத்தின் விருத்திப்பிரவாகமுடையதாகுங்காலத்துச் சூக்ஷுமமாகின்றது. அப்படிப்பட்டசூக்ஷுமமான மனதையுடைய நிதித்தியாசனம், தனுமானஸியாம். இம்மூன்றும் சாதனபூமிகள். இப்பூமிகளுள் ஏறியுள்ளோர் சாதகரெனப்படுவர். 4. மூன்றுபூமிகளாலும் சுத்தசத்துவமாகிய அந்தக்கரணத்தி லுண்டாகும் 'நான்பிரமம்' என்னும் வடிவினதாகிய அபரோக்ஷவிருத்தி, சத்துவாபத்தி யெனப்படும். இது நான்காவதாகிய பலபூமியாம். இதில் ஏறியயோகி பிரமவித்தெனப்படுவான். இது (¶) சம்பிரஞ்ஞாத யோகபூமி. இனிச்சொல்லப்படும் மூன்றும் ($) அசம்பிரஞ்ஞாதயோக பூமிகளாம். 5. சத்துவாபத்திக்குப்பின், சத்துவாபத்தியெனப் பெரிய பூமியிலுள்ள சித்திகளில் ஆசையில்லாதிருத்தல், அசம்சத்தியெனப்படும். இதில் ஏறியயோகியானவன் தானே ஸமாதியினின்றும் விழிக்கிறான். இப்பூமியை யடைந்தவன் பிரமவித்துவரனெனப்படுவன். 6. பரப்பிரமத்திற்கு அந்நியமாகிய

(*) ஞானசப்தபூமியின் இலட்சணத்தை வராகோபநிஷத்து மகோபநிஷத்துமுதலியவற்றிலுங் காணலாம்.

(†) பதார்த்தாபாவினியென்றும்பாடம்.

(¶). இந்த யோகபூமியில் தியானிக்கப்படுபொருள் செவ்வையாய் அநுபவிக்கப்படுதலால், இது சம்பிரஞ்ஞாதயோக பூமியெனப்படுகின்றது.

($) இவற்றில் தியானிக்கப்படுபொருள் செவ்வையாய் அநுபவிக்கப் படாமையின், இவை அசம்பிரஞ் ஞாதயோக பூமிகளெனப்படுகின்றன.

அர்த்தங்களைப் பாவியாதிருக்கும் பூமி, பதார்த்தாபாவினி யெனப்படும். இதிலேறிய யோகி பிறர் எழுப்பினுற்றான் விழிப்பன். இதை யடைந்தவன் பிரமவித்துவரியா னெனப்படுவன்.
7. ஏழாவது துரியபூமி. இதிலேறிய யோகிதானும் விழியான். பிறராலும் விழிப்பிக்கப்படான். இதை யடைந்தவன் பிரமவித்துவரிஷ்டனெனப்படுவன். அதிற் பிரமாணமாயுள்ள சுருதி இங்குதான் சொல்லப்படுகின்றது. முன் இவனே ஜீவன்முக்தனெனப்பட்டவன். அவனே இங்கு (இந்நூலிற்) சுவாத்துமாராமபதத்தினுற் சொல்லப்படுகின்றான். (௩)

(அ-கை) மஹான்களால் அநுஷ்டிக்கப்பட்டிருக்கிறதென்று ஹடவித்தையைச் சிலாகித்துப், பெரியோர்களால் ஹடவித்தையைப்பெற்றிருப்பதாகிய தனது பெருமையையுங் கூறுகின்றார்.

ஹடவித்யாம் ஹி மத்ஸ்யேந்த்ர கோரக்ஷாத்யா விஜானதே । ஸ்வாத்மாராமோ(அ)தவா யோகீ ஜாநீதே தத்ப்ரஸாதத: ॥ ௪ ॥

(இ-ள்) மச்சேந்திரர் கோரக்கர்முதலியோர்கள் சாதனலக்ஷணபேதபலங்களால் விசேஷமாக ஹடவித்தையை அறிந்திருக்கிறார்களென்பது பிரசித்தம். சுவாத்துமாராம னென்னும் யோகியும் அந்தக்கோரக்கரது பிரசாதத்தால் அறிவன். எ-று.

முதலியோ ரென்றமையால் ஜாலந்தரநாதர், பர்த்திருஹரி, கோபீசந்தர்முதலியோர்களுங் கொள்ளப்படுவர். மிகப்பெரிய பிராமணர்களாலும் இந்தவித்தை சேவிக்க (அநுஷ்டிக்க)ப் பட்ட தென்பதற்கு இங்கே “ ஹிரண்யகர்ப்போ யோகஸ்ய வக்தா நாந்ய: புராதந:-யோகத்தைச் சொன்னவர் ஹிரணியகர்ப்பர். அவருக்குமுன் வேறொருவருமில்லை” என்னும் யோகியாஞ்ஞவல்கியரது ஸ்மிருதி பிரமாணமாம். சொல்லுந்தன்மையும்

மானசவியாபாரபூர்வகமா மென்று மானசவியாபாரம் அர்த்தத்தால் வந்தது. அப்படியே சுருதியும் "யந்மநஸா த்4யாயதி தத்3வாசா வத3தி- எதை மனதினாலே தியானி(நினை)க்கின்றானோ அதை வாக்கினாற் சொல்லுகின்றான்." என்றுகூறுகின்றது. இந்த வித்தை பாகவதர்களாகிய உத்தவர்முதலியோர்களுக்குப் பகவானாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சிவன் யோகியென்பது பிரசித்தமே. ஆகையால், இந்த வித்தை சர்வோத்தமர்களாகிய பிரமா விஷ்ணு ருத்திரர்களால் அநுஷ்டிக்கப்பட்டதாகின்றது. பிரமசூத்திரகர்த்தாவாகிய வியாசரால் யோகி நிராகரிக்கப்பட்டிருக்கிறானென்று சங்கிக்கலாகாது. ஏனெனின், பிரகிருதி சுவதந்திரத்தன்மையை அறிந்தவர்களால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட பேதாம்சமாத்திரம் நிராகரிக்கப்பட்டிருத்தலால், பாவனாவிசேஷவடிவமாகிய யோகம் நிராகரிக்கப்படவில்லை. பாவனை சகலருக்கும் சம்மதம். அஃதில்லாமல் சுகமும் சம்பவியாது. அப்படியே பகவற்கீதையிலும் "நாஸ்தி பு3த்3தி4ரயுக்தஸ்ய ந சாயுக்தஸ்ய பா4வநா । ந சாபா4வயத: ஶாந்திரஶாந்தஸ்ய குத: ஸுக2ம் ॥ அயுக்தனுக்கு (மனச்சமாதானமில்லாதவனுக்கு) ப்புத்தி (ஆத்மசொரூபஞானம்) இல்லை. அயுக்தனுக்குப் பாவனை (ஆத்மத்தியானம்) இல்லை. பாவனையில்லாதவனுக்குச் சாந்தியில்லை. சாந்தி இல்லாதவனுக்குச் சுகமேது." என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. நாராயணீத்தாலும், "[illegible] (*) பிரகிருதியிலுள்ள சுதந்திரத்தன்மை சத்தியத்தன்

(*) இதனைப் பிரமமீமாம்சையின், ஏதேந யோக3: ப்ரத்யுக்த: என்னும்-அ-௨,-பா-௧-சூ-௩, சூத்திரத்தின் பாஷ்யத்தில் விரிவாய்க் காணலாம்.

மைமுதலியவற்றையும் சித்தின் பேதத்திலுள்ள சத்தியத்தன்மையும் தன்றாற் செய்யப்பட்ட பிரமசூத்திர வாக்கியங்களால் வியாசர் நிராகரித்திருக்கின்றாரன்றிப், பாவனை யென்னும் யோகத்தை நிராகரிக்கவில்லை. இன்னும், பக்திமானாகிய ஆசாரியர் தான் பாஷியமுதலியவற்றில் ஆத்துமாவை வெளிப்படுத்தும் யோகத்தை விளக்கியிருக்கின்றார். ஆதலால், அதில் (யோகத்தில்) ஆசாரியர்முதலியோர்களுக்கு அபிப்பிராயமே. கீதையில் பகவானாலும் யோகம் மிகுதியாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. வேறு இடங்களில் சுகர்முதலியோர்களாலும் செய்யப்பட்டிருக்கின்றது. ஆகையால் இதில் சாதுக்கள் மிகவும் ஆதரவுடையவர்களாயிருக்கிறார்கள்." என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் "வேதேஷு யஜ்ஞேஷு தப:ஸு சைவ தாநேஷு யத்புண்யபலம் ப்ரதிஷ்டம் । அத்யேதி தத்ஸர்வமிதம் விதித்வா யோகீ பரம் ஸ்தாநமுபைதி சாத்யம் ॥ இதையறிந்து (இவ்வத்தியாயத்திற் கூறியவற்றைத் தெரிந்துகொண்டு) யோகியானவன் வேதங்களிலும் யாகங்களிலும் தவங்களிலும் தானங்களிலும் எந்தப் புண்ணியபலம் பிரதிஷ்டிக்க (சொல்ல) ப்பட்டிருக்கின்றதோ, அவையெல்லாவற்றையும் கடக்கிறான். மேன்மையானதும் முதன்மையானதுமாகிய ஸ்தானத்தை (பிரமத்தை) யும் அடைகிறான்." என்று பகவானுஞ் சொல்லியிருக்கின்றார். வெகுவாய்ச்சொல்லுவதிலென்ன? "ஜிஜ்ஞாஸுரபி யோகஸ்ய ஶப்தப்ரஹ்மாதிவர்ததே ॥ யோகத்தை யறியவிரும்புவோனும் சப்தப்பிரமத்தைக் கடக்கிறான். (வேதத்திற் கூறிய கருமபலத்தைவிட அதிகபலனை யடைகிறான்)" என்று பகவானால் யோகஜிஞ்ஞாசுக (யோகத்தை அறிய விரும்புவோர்) களுக்கும் மேன்மை சொல்லப்பட்டிருக்குமாயின் யோகிகளுக்குச் சொல்லுவானேன். இது நாரதர்முதலிய பக்தசிரேஷ்டர்களாலும் யாஞ்ஞவல்கியர்முதலிய சிரேஷ்ட ஞானிகளாலும் அநுஷ்டிக்கப்பட்டிருத்தலால், பக்தர்களுக்

கும் ஞானிகளுக்கும் விரோதமில்லாததாம் என்று அடங்குக. அயவர-என்பது அசை. (௪)

(அ-கை) ஹடயோகத்தில் பிரவிருத்தியையுண்டாக்குவதற்கு ஹடவித்தையால் ஐசுவரியத்தை யடைந்த சித்தர்களைக் கூறுகின்றார்.

ஶ்ரீஆதிநாதமத்ஸ்யேந்த்ரஶாபராநந்தபைரவா: |
சௌரங்கீமீநகோரக்ஷவிரூபாக்ஷபிலேஶயா: || ௫ ||
மந்தாநோ பைரவோ யோகீ ஸித்திர்புத்தஶ்ச கந்தடி: |
கோரண்டக: ஸுராநந்த: ஸித்தபாதஶ்ச சர்படி: || ௬ ||
காநேரீ பூஜ்யபாதஶ்ச நித்யநாதோ நிரஞ்ஜந: | க
பாலீ பிந்துநாதஶ்ச காகசண்டீஶ்வராஹ்வய: || ௭ || அல்லா
ம: ப்ரபுதேவஶ்ச கோடா சோலீ ச டிண்டிணி: | பாநு
கீ நாரதேவஶ்ச கண்ட: காபாலிகஸ்ததா || ௮ || இத்யா
தயோ மஹாஸித்தா ஹடயோகப்ரபாவத: | கண்டயித்வா
காலதண்டம் ப்ரஹ்மாண்டே விசரந்தி தே || || ௯ ||

(இ-ள்) எல்லாநாதர்களுக்கும் முதல்நாதராகிய ஆதிநாதர் (சதாசிவன்), அவர்சிஷ்யராகிய மச்சேந்திரர், சாபரர், ஆனந்தபைரவர், சௌரங்கி, மீனநாதர், கோரக்கநாதர், விருபாக்ஷர், விலேசயர், மந்தானர், பைரவர், சித்தி, புத்தர், கந்தடி, கோரண்டகர், சுராநந்தர், சித்தபாதர், சர்ப்படி, கானேரி, நித்தியநாதர், நிரஞ்சனர், கபாலீ, விந்துநாதர், காகர், சண்டீசுவரர், அல்லாமர், பிரபுதேவர், கோடா, சோலீ, டிண்டிணி, பானுகி, நாரதேவர், கண்டர், காபாலிகர் என்னுமிவர்முதலிய மகாசித்தர்கள் ஹடயோகப் பிரபாவத்தால் (சாமர்த்தியத்தால்) காலதண்டத்தை (தேகத்தினின்றும் பிராணனைப் பிரித்தற்கு அநுகூலமாகிய வியாபாரத்தை)க்கண்டித்து (சேதித்து), அதாவது மிருத்தியுவை ஜெயித்துப் பிரமாண்டமத்தியில் தடையின்றிச் சஞ்சரிக்கின்றார்கள். எ-று.

ஆதிநாதராகிய ஈசுவரன்முதல் நாதசம்பிரதாயம் ஏற்பட்டதென்று நாதசம்பிரதாயகாரர் கூறுகின்றனர். ஓர்காலத்து ஆதிநாதர் ஓர் தீவிலிருந்துகொண்டு, அங்கொருவருமில்லையென்றுணர்ந்து, பார்வதிக்கு யோகத்தை யுபதேசித்தார். கரையின் சமீபத்திலுள்ள ஜலத்திலிருந்த ஓர் மச்சம் (மீன்), அந்த யோகோபதேசத்தைக் கேட்டு, ஏகாக்கிர சித்தமுள்ள நிச்சலகாயமுடையதாயிற்று. அப்படி இருக்கும் மீனைப் பார்த்து, இது யோகத்தைக் கேட்டிருக்கிறதென்றுணர்ந்து, கிருபாளுவா (கிருபையை யுடையவரா) கிய ஆதிநாதர் ஜலத்தைப் புரோக்ஷி (தெளி) த்தார். அப்படிப் புரோக்ஷித்த மாத்திரத்தில், அது திவ்வியசரீரமுள்ள மச்சேந்திர னென்னும் சித்தராயிற்று. அவரையே மச்சேந்திரநாதரென்று சொல்லுவர்.

கைகால் குறைந்த புருஷனை ஹிந்துஸ்தான பாஷையில் சௌரங்கி யென்பர். ஓர் காலத்து ஆதிநாதரால் யோகத்தைப் பெற்றுப் பூமியிற் சஞ்சரிக்கும் மச்சேந்திரநாதரது கிருபாநோக்கமாத்திரத்தால், ஓர் காட்டிலிருந்த சௌரங்கிக்குக் கைகால்கள் முளைத்தன. அவரும் இவரது கிருபையால் நமக்குக் கைகால்களுண்டாயினவென்றுணர்ந்து, அவருடைய பாதங்களில் நமஸ்கரித்து, எனக்கநுக்கிரகஞ்செய்கவென்று பிரார்த்திக்க, அப்படியே அநுக்கிரகித்தார். அவரது அநுக்கிரகத்தாற் சௌரங்கியென்னும் பிரசித்தசித்தரானார்.

கோரக்கரது சரித்திரத்தைப் பக்தவிஜய முதலியவற்றிற் காண்க. (ரு-சு)

பிரமாண்டமத்தியில் தடையின்றிச் சஞ்சரிக்கின்றார்களென்பது பாகவதத்தில் "யோகீஶ்வராணாம் கதிமாஹுரந்தர் பஹிஸ்த்ரிலோக்யா: பவனாந்தராத்மநாம்" காற்றினுள் பிரவேசிக்கும் வடிவுடைய யோகீசுவரர்களின் மூன்று லோகங்களுக்குள்ளும் வெளியும் செல்லுதலைக் கூறுகின்றார்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(அ-கை) ஹடம் சகல தாபங்களையும் நாசஞ்செய்வதும், சக

ல யோகங்களுக்கும் சாதகமுமா மென்பதை மடகமடவுருவகத் தாற் கூறுகின்றார்.

அசேஷதாபதப்தாநாம் ஸமாஶ்ரயமடோ ஹட: ।
அசேஷயோகயுக்தாநாமாதாரகமடோ ஹட: ॥ க0 ॥

(இ-ள்) ஹடயோகமானது (ஆதியாத்துமிகம், ஆதிபௌதிகம், ஆதிதெய்விகமென்னும்) சகல தாபங்களாலும் தபிக்கப்பட்டவர்களுக்கு நல்ல ஆசிரயவடிவமாகிய (*)மடமும், அப்படியே (மந்திர கரும யோகமுதலிய) சகல யோகங்களையு முடையவர்களுக்கு ஆதாரபூதமாகிய கமடமு (ஆமையு) மாம். எ-று.

தாபத்திரயமூன்றனுள் ஆதியாத்துமிகம் காயிகம் மானஸிகமென இரண்டு வகையாம். அவற்றுள் காயிக துக்கம் வியாதியினாலாகியது. மானஸிகதுக்கம் காமமுதலியவற்றாலாகியது. ஆதிபௌதிகம் புலி பாம்புமுதலியவற்றா லாகியது. ஆதிதெய்விகம் கிரகமுதலியவற்றா லுண்டாகியது.

கமடம் (ஆமை) உலகத்திற்கு ஆதாரமா யிருத்தல்போல ஹடம் சகல யோகிகளுக்கும் ஆதாரமாம். (க0)

(அ-கை) இப்போது எல்லாவித்தைகளையும்விட இந்த ஹடவித்தை மிக இரகசியமாய் வைக்கத்தக்க தென்பதையும், அதற் கேதுவையும் கூறுகின்றார்.

ஹடவித்யா பரம் கோப்யா யோகிநா ஸித்திமிச்சதா ।
பவேத்வீர்யவதீ குப்தா நிர்வீர்யா து ப்ரகாஶிதா ॥

(இ-ள்) அணிமாதி ஐசுவரியசித்தியை யல்லது கைவல்யசித்தியை விரும்பும் யோகியால் ஹடயோக வித்தை மிக இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம். ஏனெனின், இரகசியமாய் வைக்கப்பட்ட ஹடவித்தை வீரிய (கெடுதலில்லாத ஐசுவரியத்தைஅுல்

(*) தாபத்தினா லடிபட்டவர்களுக்கு மடம் ஆசிரயமாதல் போல, மூன்று தாபங்களாலு மடிபட்டவர்களுக்கு ஹடம் ஆசிரயமாம்.

லது கைவல்யசித்தியை யுண்டாக்கும் சாமர்த்திய) முடையதாம். அப்படி இரகசியமாய் வைக்காத வித்தை வீரியமில்லாததாம். எ-று.

இனி யோகாதிகாரிகளின் இலக்ஷணம் வருமாறு:—"ஜிதாக்ஷாய ஶாந்தாய ஸக்தாய முக்தௌ விஹீநாய தோஷைரஸக்தாய ஸம்யக் | அஹீநாய தோஷைக ப்ரோக்தகர்த்ரே ப்ரதேயோ ந தேயோ ஹடஶ்சேதரஸ்மை || இந்திரிய ஜெயமுள்ளவனும், சாந்தனும், முக்தியில் ஆசக்தனும், தோஷங்களில்லாதவனும், பற்றில்லாதவனும், குணமுள்ளவனுமாகிய முற்கூறிய அதிகாரிக்கு ஹடம் கொடுக்கத்தக்கதாம்: அந்நியர் (அநதிகாரி) களுக்குக் கொடுக்கத்தக்கதன்று" என்றும் "விஹிதக்ரியாவான் காமஸங்கல்பவர்ஜித: | யமைஶ்ச நியமைர்யுக்த: ஸர்வஸங்கவிவர்ஜித: || க்ருதவித்யோ ஜிதக்ரோத: ஸத்யதர்மபராயண: | குருஶுஶ்ரூஷணரத: பித்ருமாத்ருபராயண: || ஸ்வாஶ்ரமஸ்த: ஸதாசாரோ வித்வத்பிஶ்சாநுஶிக்ஷித: || விதியுக்தமாகிய கர்ம முடையவனும், காம சங்கற்ப மில்லாதவனும், இயம நியமங்களோடு கூடியவனும், சர்வசங்கப்பரித்தியாகியும், வித்தையுள்ளவனும், கோபத்தை வென்றவனும், சத்திய தருமத்தை விரும்பியவனும், குருபணிவிடையில் பிரியமுள்ளவனும், பிதாமாதாக்களை யுபசரிப்பவனும், தனது ஆசிரமத்திலுள்ளவனுமாகிய சதாசாரன் (நல்லொழுக்கமுடையோன்), வித்துவான்களால் செவ்வையாக வுபதேசிக்கப்படுவன்" என்றும் யாக்ஞவல்கியராலும், "ஸ்த்ரீஶிஶ்நோதரபராய ந தேயம் வேஷதாரிணே | பெண்களைக்கூடுதலும் வயிறு வளர்த்தலுமே வேலையாயிருக்கும் வேஷதாரிகளுக்குக் கொடுக்கத் தக்கதன்று" என்று சிலவிடத்தும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதில் யோகசித்தாமணிகாரர் "ப்ராஹ்மணக்ஷத்ரியவிஶாம் ஸ்த்ரீஶூத்ராணாம் ச பாவநம் | ஶாந்தயே கர்மணாமந்யத்யோகாந்நாஸ்தி விமுக்

யெ ॥ பிராமண க்ஷத்திரிய வைசிய ஸ்திரீ சூத்திரர்களுக்குக் கருமங்களின் சாந்தியாகிய முத்திக்கு யோகத்தைப்பார்க்கிலும் பரிசுத்தமானது வேறில்லை." என்னும் புராணவாக்கியங்களில் பிராணிமாத்திரத்திற்கு யோகத்தில் அதிகாரம் சொல்லப்பட்டிருந்தாலும், யோகத்தில் மோக்ஷமாகிய பலம் விரக்தனுக்கே யுண்டாகின்றது. ஆகையால் அவனுக்கே யோகாதிகாரம் உசிதம். அப்படியே வாயுசங்கிதையில் "த்ருஷ்டே ததாநுஶ்ரவிகே விரக்தம் விஷயே மந꞉ । யஸ்ய தஸ்யாதிகாரோऽஸ்தி யோகே நாந்யஸ்ய கஸ்யசித் ॥ இகலோகபரலோக விஷயங்களில் விரக்தியடைந்த மனதையுடையவனுக்கே இந்த யோகத்தில் அதிகாரமுண்டு. வேறொருவனுக்குமில்லை." என்றும், சுரேசுராசாரியரால் "ஐஹாமுத்ர விரக்தஸ்ய ஸம்ஸாரம் ஜிஹாஸத꞉ । ஜிஜ்ஞாஸோரேவ கஸ்யாபி யோகேऽஸ்மிந்நதிகாரிதா ॥ இகலோகபரலோகங்களில் விரக்தனும், சம்சாரத்தைத் தள்ளும் விருப்பத்தால் யோகத்தை விரும்புவோனுமாகிய ஒருவனுக்கே இந்தயோகத்தில் அதிகாரமுண்டு" என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் "நேதம் தேயம் பராய நீசாய ஜாது ஜ்ஞாநம் ஹ்ருத்யம் தபஸஸ்த்ருக்ஷணாய । ஸ்வாநே நஷிஷ்யாய ப்ருதே நவாஸ்ய நேதீ கோபாத் ஹிதா வைகோ விராய ॥ இதைத் துன்மார்க்கர்களுக்கு ஒருக்காலுந் தரலாகாது. அதுவும் செவ்வையாகப் பலிக்கும்பொருட்டு இரகசியமாயறியத்தக்கது. இதைத்தகாத இடத்தில் வைத்தலாலேயே சாஸ்வதியானவள் நம்மை வெகு காலத்திற்குக் கோபத்தால் தகிப்பள்" என்று மேலோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கக)

(அ-கை) இனி ஹடாப்பியாசத்திற்குத் தக்க இடத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸுராஜ்யே தார்மிகே தேஶே ஸுபிக்ஷே நிருபத்ரவே ।
தநு꞉ப்ரமாணபர்யந்தம் ஶிலாக்நிஜலவர்ஜிதே ।

𑌏𑌕𑌾𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌮𑌠𑌿𑌕𑌾𑌮𑌧𑍍𑌯𑍇 𑌸𑍍𑌥𑌾𑌤𑌵𑍍𑌯𑌂 𑌹𑌠𑌯𑍋𑌗𑌿𑌨𑌾 ॥௧௨॥

(இ-ள்) நல்ல ராஜ்யமும், தர்மமுள்ளதும், சுபிக்ஷமுள்ளதும் (பஞ்சமில்லாததும்), திருடர் புலி முதலியவற்றின் உபத்திரவமில்லாததுமாகிய தேசத்தில், வில்லளவு கல்லும் அக்கினியும் ஜலமுமில்லாத ஏகாந்தமாகிய சிறு மடத்தில் ஹடயோகியானவனிருக்கவேண்டும். எ-று.

இராஜாவின் கருமமாவது அல்லது தன்மையாவது எதில் நன்மையாயிருக்கிறதோ, அது நல்லராஜ்யமெனப்படும் "𑌯𑌥𑌾 𑌰𑌾𑌜𑌾 𑌤𑌥𑌾 𑌪𑍍𑌰𑌜𑌾- அரசனெவ்வண்ண மவ்வண்ணங்குடிகளும்" என்னும் முதியோர்மொழியால் இராஜனது நன்மையால் குடிகளுடைய நன்மையுங் குறிப்பிக்கப்பட்டது. தர்மமுள்ளதென்பதனால், ஹடாப்பியாசிகளுக்கு அநுகூலமாகிய ஆகாரமுதலியவற்றின் இலாபங் குறிப்பிக்கப்பட்டது. சுபிக்ஷமுள்ளதென்றதனால் வருத்தமின்றி அவை(ஆகாரமுதலியன)கிடைக்கு மென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. இவற்றால் அத்தேசம் வெகுகாலம் வசிக்கத்தக்கதா மென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. வில்லளவு என்பதனால் ஆசனத்திற்கு நாலுமுழம்வரையில் கல் அக்கினி ஜலம்முதலியவைகள் இருக்கலாகாவென்பது பொருள். அதனால் சீதோஷ்ணவிகாரங்கள் இல்லாமை குறிப்பிக்கப்பட்டது. ஏகாந்தமாவது ஜனங்களில்லாதவிடம். இதனால் ஜனங்களது சேர்க்கையில்லாமையால் கலகமுதலியவைகளில்லையென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. ஜனசங்கமிருந்தால் கலகமுதலியவையுண்டாகவே செய்யும். அப்படியே பாகவதத்தில் "𑌵𑌾𑌸𑍇 𑌬𑌹𑍂𑌨𑌾𑌂 𑌕𑌲𑌹𑍋 𑌭𑌵𑍇𑌦𑍍𑌵𑌾𑌰𑍍𑌤𑌾 𑌦𑍍𑌵𑌯𑍋𑌰𑌪𑌿- அநேகர் வசிப்பதால் கலகமுண்டாகும். இருவரிருந்தாலும் வார்த்தையுண்டாகும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. மடத்தின் மத்தியிலென்றமையால், குளிர் வெயில் முதலியவற்றாலுண்டாகும் கிலேசமில்

லாமை குறிப்பிக்கப்பட்டது. இங்கே "𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑌾𑌹𑌾𑌰𑌵𑌿𑌹𑌾𑌰𑍇𑌣 𑌹𑌠𑌯𑍋𑌗𑌸𑍍𑌯 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌯𑍇" என்னும் பாதிசிலால் சேர்க்கப்பட்டிருத்தலால் உரைசெய்யப்படவில்லை. மூலசுலோகங்களுக்கு மாத்திரம் உரைசெய்யப்பட்டது. இப்படியே மேலும் எந்தச் சுலோகங்கள் என்றால் வியாக்கியானம் செய்யப்படாதனவாக இந்நூலிற் காணப்படுகின்றனவோ, அவைகளெல்லாம் இடையிற் சேர்க்கப்பட்டனவாக அறியத்தக்கனவாம். (கஉ.)

(அ-கை) இனி மடத்தின் இலக்ஷணத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌅𑌲𑍍𑌪𑌦𑍍𑌵𑌾𑌰𑌮𑌰𑌨𑍍𑌧𑍍𑌰𑌗𑌰𑍍𑌤𑌵𑌿𑌵𑌰𑌂 𑌨𑌾𑌤𑍍𑌯𑍁𑌚𑍍𑌚𑌨𑍀𑌚𑌾𑌯𑌤𑌂
𑌸𑌮𑍍𑌯𑌗𑍍𑌗𑍋𑌮𑌯𑌸𑌾𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌲𑌿𑌪𑍍𑌤𑌮𑌮𑌲𑌂 𑌨𑌿𑌃𑌶𑍇𑌷𑌜𑌨𑍍𑌤𑍂𑌜𑍍𑌝𑌿𑌤𑌮𑍍 ।
𑌬𑌾𑌹𑍍𑌯𑍇 𑌮𑌣𑍍𑌡𑌪𑌵𑍇𑌦𑌿𑌕𑍂𑌪𑌰𑍁𑌚𑌿𑌰𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌕𑌾𑌰𑌸𑌂𑌵𑍇-
𑌷𑍍𑌟𑌿𑌤𑌂 𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌂 𑌯𑍋𑌗𑌮𑌠𑌸𑍍𑌯 𑌲𑌕𑍍𑌷𑌣𑌮𑌿𑌦𑌂 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑍈-
𑌰𑍍𑌹𑌠𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌿𑌭𑌿𑌃 ॥ ॥ கங ॥

(இ-ள்) சிறுவாயிலுள்ளதாய் பலகணியும் (ஜன்னலும்) பள்ளமும் பெருச்சாளிமுதலியவற்றின் வளையுமில்லாததாய், மிக வுயரமும் மிகத்தாழ்வுமகலமுமில்லாததாய், பசுஞ்சாணத்தாலீரமுண்டாகும்படி செவ்வையாய் மெழுகப்பட்டதாய், நின்மலமாய், கொசு மூட்டைப்பூச்சி முதலிய எந்த ஜெந்துக்களுமில்லாததாய், மடத்திற்கு வெளியே மண்டபம் வேதி (மேடை) முதலியவற்றால் மிகவும் இரமணீயமாய், நாற்புறமும் சுவராற்சூழப்பட்டதாயிருக்கவேண்டுமென்று ஹடாப்பியாசிகளாகிய சித்தர்களால் (*) யோகமடத்தின் இவ்விலக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. எ-று.

(*) இவ்வாறே மடத்தினிலக்ஷணம் சதாசிவ யோகீந்திரர்களாற் செய்யப்பட்ட சிவயோகதீபிகையிலும், "இயமநியமங்களோடு கூடிய புருஷன் சகலசங்கமும் விட்டவனாய், கல்வியுடையவனாய், சத்தியதருமமுடையவனாய், கோபத்தை ஜெயித்தவனாய், குரு சிசுருஷை செய்பவனாய், பிதாமாதாக்களால் விதிக்கப்பட்டவனாய், தனது ஆசிரமத்திற்குரிய நல்லொழுக்கமுடையவனாய், வித்துவான் (ஞானி) களால் உப

மிகவுயரமாயும் தாழ்வாயுமிருந்தால் ஏறுதலிறங்குதலினால் அதிகவருத்தமுண்டாம்; அகலமாயிருந்தால் தூரமாகப் பார்வை செல்லும். ஆகையால் அவைகளை நிவர்த்திக்கும் பொருட்டு மிகவுயரமும் தாழ்வும் அகலமுமில்லாததாயென்று சொல்லப்பட்டது. இப்படியே நந்திகேசுவரபுராணத்திலும் " [illegible] ॥"

தேசிக்கப்பட்டவனாய், பழம் கிழங்கு நீர் முதலியவற்றோடு கூடிய தவவனத்தை யடைந்து, இரம்மியமானதும், வேதகோஷத்தோடு கூடியதும், தத்தம் வருணாசிரம தருமங்களிற் பொருந்தியுள்ள பிராமணர்களாற் சூழப்பட்டதும், பழம் கிழங்கு புஷ்பம் நீர் முதலியவைகள் நிறைந்துள்ளதுமான க்ஷேத்திரம், அல்லது நதிதீரம், அல்லது கிராமம், அல்லது நகரமென்னுமிடங்களில் உயரமும் ஆழமும் அகலமுமில்லாததாய்ச், சிறுவாயிலுள்ளதாய்க், கோமயமுதலியவற்றால் மெழுகப்பட்டதாய், எல்லாவிதத்திலும் பாதுகாப்புள்ளதாயிருக்கும் ஒருநல்ல சோபனமாகிய மடத்தைச்செய்து, அதில் வேதாந்தசிரவணம் செய்துகொண்டு யோக மப்பியசிக்கக்கடவன்,, என்று சாண்டில்யோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஹடசங்கேதத்தில் "யோகமடம் வாயுப் போகாத குகையும், நான்குமுழ அகலநீளமுள்ளதும், [illegible]மாகிய துவாரம் (வாயில்) உள்ளதும், தேகதோஷங்களைக் கெடுப்பதும், வாயுதோஷத்தை விலக்குவதும், நாடிகளிலுள்ள மலத்தைச் சுத்திசெய்து உள்ளே விகாசத்தைத் தருவதும், ஹிருதயத்தில் ஸ்திரத்தன்மையை யுண்டுபண்ணுவதுமா யிருக்கவேண்டு" மென்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

யோகமடத்திலாவது குகையிலாவது எண்ணெய் விளக்கெரிக்கலாகாது. ஏனெனின், எரியும் அவ்விளக்கைப் பார்க்குங்கால் செவ்வையாய்க் கும்பிக்கப்பட்ட பிராணன் சீக்கிரம் வேறு மார்க்கமாய் வெளிப்படும். ஆகையால் நெய்விளக்கே யெரிக்கவேண்டும்.

[illegible] || புத்திமானவன் அழகாயும், விந்யாசமாயும், மனோக்ஞமாயும் (மனதிற்குப் பிரியமுண்டாக்கத் தக்கதாயும்), வாசனையேற்றப்பட்டதாயும், தூப பரிமளாதிவாசனை புஷ்பமுதலியவற்றால் அலங்கரிக்கப்பட்டதாயும், முனிகள் தீர்த்தங்கள் நதிகள் விருக்ஷங்கள் பக்ஷிணிகள் மலைகள் முதலியவற்றால் சிறப்பிக்கப்பட்டதாயும், சித்திரகருமத்தாற் கட்டப்பட்டதாயும், வெவ்வேறு விதமான சித்திரங்களால் விசித்திரம் செய்யப்பட்டதாயுமுள்ள யோகக்கிரகத்தை நல்ல இரமியமான வழியோடு செய்யவேண்டும். சித்திரத்திலுள்ள சித்தர்களைப் பார்த்து மதி மிகமுயற்சியுடையதாகும். சித்திரத்திலுள்ள சாந்தமுடைய முனிவர்களைப் பார்த்து மனம் சாந்தியடையும். யோகக்கிரகத்தின் மத்தியில் சம்சாரமண்டலத்தை யெழுதவேண்டும். ஓரிடத்தில் மயானத்தையும் மஹாகோரமாகிய நரகங்களையும் எழுதவேண்டும். பயங்கரவடிவமுள்ள அவற்றையும், வியாதியுள்ளவர்களையும், உன்மத்தர்களையும், ஒழுகுகின்ற இரணமுடையவர்களையும் பார்த்து சித்தியில் விருப்பமுள்ள யோகியானவன் சாரமற்ற சமுசாரத்திற் பிரியமில்லாதவனாகின்றான்" என்று மடத்தின் இலக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கங)

(அ-கை) மடத்தின் இலக்ஷணத்தைக்கூறி, மடத்திற் செய்ய வேண்டியதின்னதெனக் கூறுகின்றார்.

[illegible] |
[illegible] || கச ||

(இ-ள்) முற்கூறிய இலக்ஷணமுடைய மடத்திலிருந்துகொண்டு, சகலசிந்தைகளும் நீங்கியவனாய், குருவினாலுபதேசிக்கப்பட்ட வழியாக யோகத்தையே யென்றும் செவ்வையாக அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

யோகத்தையே யென்பதிலுள்ள ஏகாரத்தினால், யோகாப்பியாசத்திற்கு அந்நியமானவைகள் யோகத்திற்கு விக்கினத்தைச் செய்வனவா மென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. அது "[illegible] ॥ அறிவுள்ளவன் வாயுவிஜயம் சித்திக்குள்ள குருவை யெப்போதும் சேவித்து, அந்தக்குருவின் பிரசாதத்தால் பிராணஜயம் செய்யவேண்டும்" என்று யோகபீஜத்திலும், "[illegible] ॥ சித்தாமணியானது குரு ஒருவனையன்றி மற்ற வேதாந்த தர்க்க வாக்கியங்களாலும், ஆகமங்களாலும், நானாவித சாஸ்திரக்கூட்டங்களாலும், தியானமுதலிய நற்செய்கைகளாலும், அறியத்தக்கதன்று" என்று இராஜ யோகத்திலும், "[illegible] ॥ ஸத்பக்தியுடையவன் தான் ஆசாரியனிடத்தினின்றும் யோகத்தின் சகல ஐசுவரியங்களையும் பெற்று, சொல்லவொண்ணா மடைகிறான்" என்று ஸ்கந்த புராணத்திலும், "[illegible] ॥" "குருப்பிரசாதத்தினால் அஷ்டாங்கத்தோடுகூடிய யோகத்தையும் சிவப்பிரசாதத்தால் சாசுவதமாகிய யோகசித்தியையும் அடைகிறான்" என்று சுரேசுவராசாரியராலும், "[illegible]

தேவே ததா குரௌ । தஸ்யைதே கதிதா ஹ்யர்த்தா: ப்ரகாஶந்தே மஹாத்மந: ।” "எவனுக்குத் தெய்வத்தினிடத்தில் மேலானபக்தியும், தெய்வத்தினிடத்தி லிருப்பதுபோலவே குருவினிடத்திலுமிருக்கின்றதோ, அப்படிப்பட்ட மஹாத்மாவுக்கே சொல்லிய இவ்வர்த்தங்கள் பிரகாசிக்கும்" என்று சுவேதாசுவதரோபநிஷத்திலும் "ஆசார்யவாந் புருஷோ வேத — ஆசாரியனையுடைய புருஷன் அறிவான்" என்று சாந்தோக்யசுருதியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௧௪)

(அ-கை) இனி யோகாப்பியாசப் பிரதிபந்தங்களைக் கூறுகின்றார்.

அத்யாஹார: ப்ரயாஸஶ்ச ப்ரஜல்போ நியமக்ரஹ: ।
ஜநஸங்கஶ்ச லௌல்யம் ச ஷட்பிர்யோகோ விநஶ்யதி ॥ ௧௫ ॥

(இ-ள்) பசிக்கு வேண்டியதைவிடவதிகமான போஜனம், சிரமத்தையுண்டாக்குதற்கநுகூலமாகிய வியாபாரம், அதிகப் பேச்சு, (பிராதக்கால ஸ்நானம், இராத்திரி போஜனம், பலாஹார முதலிய) நியமத்தைக்கொள்ளுதல், ஜனசங்கம், சஞ்சலத்தன்மை யென்னுமிவ்வாறினாலும் யோகம் விசேஷமாய்க் கெடுகின்றது. எ-று.

காமமுதலியவற்றை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால் ஜனசங்கம் பிரதிபந்தகமெனப்பட்டது. (௧௫)

(அ-கை) இனியோக சித்திக்கு உபாயங்களைக் கூறுகின்றார்.

உத்ஸாஹாத்ஸாஹஸாத் தைர்யாத் தத்வஜ்ஞாநாச்ச நி
ஶ்சயாத் । ஜநஸங்கபரித்யாகாத் ஷட்பிர்யோக: ப்ரஸி
த்யதி ॥ ௧௬ ॥

(இ-ள்) உற்சாகம், சாகசம், தைரியம், தத்துவஞானம், நிச்சயம், (*) ஜனசங்கப்பரித்தியாகம் என்றுமிவ்வாறினாலும் யோகம் பிரசித்தியாகின்றது. எ-று.

விஷயத்தில் பிரவிருத்தித்துள்ள சித்தத்தைத் திருப்பேனென்னும் முயற்சி, உற்சாகம். சாத்தியமாகும் சாத்தியமாகாதென்பதைக் கவனியாமல் திடீரெனப் பிரவிருத்தித்தல், சாகசம். ஜீவனுள்ளவரையிலும் சாதிப்பேனாகவென்னும் துக்கமில்லாமை, தைரியம். விஷயங்கள் கானற்சலம்போல அசத்தியம்; பிரமமே சத்தியமென்னும் யதார்த்தமாகிய ஞானம், அல்லது யோகங்களின் யதார்த்தமாகிய ஞானம் தத்துவஞானமாம். சாஸ்திரத்திலும் குருவாக்கியத்திலுமுள்ள விசுவாசமாகிய சிரத்தை, நிச்சயமாம். இங்கே யோகாப்பியாசத்திற்குப் பிரதிகூலமானவர்களது சங்கம் ஜனசங்கமெனப்பட்டது. (௧௬)

இயமநியமங்கள்.

"𑌅𑌹𑌿𑌂𑌸𑌾 𑌸𑌤𑍍𑌯𑌮𑌸𑍍𑌤𑍇𑌯𑌂 𑌬𑍍𑌰𑌹𑍍𑌮𑌚𑌰𑍍𑌯𑌂 𑌕𑍍𑌷𑌮𑌾𑌧𑍃
𑌤𑌿𑌃 । 𑌦𑌯𑌾𑌰𑍍𑌜𑌵𑌂 𑌮𑌿𑌤𑌾𑌹𑌾𑌰𑌃 𑌶𑍌𑌚𑌂𑌚𑍈𑌵𑌯𑌮𑌾𑌦𑌶 ॥
௧ ॥ 𑌤𑌪𑌃𑌸𑌂𑌤𑍋𑌷𑌆𑌸𑍍𑌤𑌿𑌕𑍍𑌯𑌂 𑌦𑌾𑌨𑌮𑍀𑌶𑍍𑌵𑌰𑌪𑍂𑌜𑌨𑌮𑍍 ।
𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌾𑌨𑍍𑌤𑌵𑌾𑌕𑍍𑌯𑌶𑍍𑌰𑌵𑌣𑌂 𑌹𑍍𑌰𑍀𑌮𑌤𑍀𑌚𑌜𑌪𑍋𑌹𑍁𑌤𑌮𑍍 ॥௨॥
𑌨𑌿𑌯𑌮𑌾𑌦𑌶𑌸𑌂𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌾 𑌯𑍋𑌗𑌶𑌾𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌵𑌿𑌶𑌾𑌰𑌦𑍈𑌃 ॥

(இ-ள்) அஹிம்ஸை (கொல்லாமை), சத்தியம், அஸ்தேயம் (திருடாதிருத்தல்), பிரமசரியம், க்ஷமை (பொறை), திரு

(*) "சம்சர்க்கத்தால் (சேர்க்கையால்) வெகு தோஷங்களும், சங்கமில்லாமையால் வெகு குணங்களுமுண்டாகின்றன. ஆகையால் யதியானவன் சகலப்பிரயத்தினத்தினாலும் எப்போதும் சங்கத்தை விடவேண்டு"மென்று பிரமஞானதந்திரத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

தி (தைரியம்), தயை, ஆர்ஜவம் (நேர்மை), மிதமான ஆகாரம், சௌசமென்னும் இப்பத்தும் (*) இயமமாம்.

(*) இயமம் பத்தினிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) வேதத்திற்சொல்லிய பிரகாரமல்லாமல் வேறு எவ்விதத்தினலும் மனோவாக்குக் காயங்களால் ஹிம்ஸை (கொலை) செய்யாதிருத்தல், அஹிம்ஸை (கொல்லாமை). ஆத்மா எல்லாவற்றிலுமுள்ளது, சேதிக்கப்படாதது, கிரகிக்கத்தகாதது என்னும் புத்தியும் மேலாகிய அஹிம்ஸையெனப்படும்.

(உ) நேத்திரமுதலிய இந்திரியங்களால் கண்டவை கேட்டவைமுதலியவற்றை அப்படியே சொல்லிவிடுதல், சத்தியம். எல்லாமுமாகிய பிரமமே சத்தியம்; மற்றவை அசத்தியமாமென்னும் புத்தியும் சத்தியமாமென்று மேலோர் கூறுவர்.

(ங) அந்நியர்களது துரும்பு இரத்தினம் பொன் முதலிய வெந்தப் பொருளையும் கவர எண்ணுதிருத்தல், அஸ்தேயம் (கள்ளாமை). ஆத்மாவினிடத்து அனாத்மத்தன்மையாக வியவகரியாதிருத்தலையும் அஸ்தேயமென்று ஆத்மஞானிகள் கூறுவர்.

(ச) இருது காலத்தில் தன்மனைவியைப் புணர்ந்து, அந்நியமாதரை மனோவாக்குக் காயங்களால் விலக்கியிருத்தல், பிரமசரியம். இதனையே அஷ்டவிதமைதுனமில்லாமை யென்று கூறுவர். பிரமபாவனையில் மனஞ்சரித்தலையும் பிரமசரியமென்று கூறுவர்.

(ரு) சத்துருக்கள் முதலியோர்களால் தனக்கு ஓர் துன்பம் வந்தவிடத்தும் கலங்காதிருத்தல், க்ஷமையெனப்படும்.

(சா) வேதத்தினலேயே சம்சாரம் நீங்கும் வேறுவிதத்தினல் நீங்காதென்னும் அறிவுண்டாதல், திருதி (நிலையுடைமை). யான் ஆத்மா அந்நியமல்லன் என்னும் உறுதியான எண்ணத்தையும் சிரேஷ்டமான திருதியென்று கூறுவர்.

(எ) எல்லாவுயிர்களையுந் தன்னைப்போல காணுதல், தயை (இரக்கம்).

(அ) புத்திரமித்திர களத்திராதிகளிடத்தும் பகைவரிடத்தும் தன்னிடத்தும் எப்போதும் சமபாவனைவைத்தல், ஆர்ஜவம்.

தவம், சந்தோஷம், ஆஸ்திக்கியம் (விசுவாசம்), தானம், ஈசுவரபூஜனம், சித்தாந்தசிரவணம், இலஜ்ஜை (நாணம்), மதி, ஜெபம், விரதமென்னும் இப்பத்தும் (*) நியமமாம். ௰-௩.

---

(௯) யோகத்திற்கநுகூலமான போஜனத்தை அரைவயிறு ஆகாரமும் கால்வயிறு ஜலமுமாகக் கொள்ளுதல், மிதாகாரமாம்.

(௰) சௌசம் பாகியமாந்தரமென இருவகையாம். அவற்றுள், தன் தேகத்தில் மண் முதலியவைகளிட்டு மலத்தைப் போக்குதலையே, பாகிய(வெளி) சௌசம். நான் சுத்தன் என்னும் ஞானம், ஆந்தர(உள்)சௌசம். இவற்றுள், ஞானசௌசமென்னும் ஆந்தரசௌசத்தைவிட்டுப், பாகியத்தையே பிரதானமாகவுடைய மூடர்கள் பொன்னைக் கைவிட்டுவிட்டு ஓட்டைக் கிரகிக்கின்றவர்களை ஒப்பர்.

இவ்வியமவிலக்ஷணம், தர்சனோபநிஷத்து, சாண்டில்யோபநிஷத்து, சூதசங்கிதை முதலியவற்றிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(*) நியமம் பத்தினிலக்கணம் வருமாறு:—

(௧) வேதத்திற் சொல்லியபடி கிருச்சிரசாந்திராயண முதலியவற்றால் சரீரத்தையுலர்த்துதல், தவம். மோக்ஷமென்பது யாது? பந்தமென்பது யாது? இந்தச் சம்சாரம் எப்படி வந்ததென்று விசாரித்தலும் தவமெனப்படும்.

(௨) கிடைத்ததில் திருப்தியடைதல், சந்தோஷம். [illegible]யந்தருமுண்டாகும் அவாவையொழித்து, ஆத்மஞானத்தையே விரும்பியிருத்தலும் சந்தோஷமாமென்பர்.

(௩) சுருதி ஸ்மிருதிகளிற் சொன்னவற்றை விசுவசித் (நம்பு) தல், ஆஸ்திக்கியம்.

(௪) நியாயமாய்த் தேடிய பொருளை அடியார்முதலியவர்களுக்கு அளித்தல், தானம்.

(௫) தங்களுக்கியன்றபடி பிரமவிஷ்ணு ருத்திராதிகளைப் பூசித்தல் ஈசுவரபூஜை. இராகாதிகுணங்களொழிந்து உண்மையாகிய தன்மையும் நல்லொழுக்கமுடையவனாய், ஹிம்சைமுதலியவைகளில்லாத கர்மத்தைச்செய்தலும் ஈசுவரபூஜையெனப்படும்.

(௬) சத்தியம் ஞானம் அநந்தம் பரமானந்தமுதலிய இலக்ஷணமுடை-

(அ-ரை) முதலில் ஆசனத்தைச் சொல்லுவதற் கேதுவையும், சாமானியமாக அதன் பலத்தையுங் கூறுகின்றார்.

யது பிரத்தியக்கு (அந்தராத்மா) என்றறிவது, வேதாந்தசிரவணமென்னும் சித்தாந்தசிரவணமாம்.

(எ) வைதிக லௌகிக மார்க்கங்களுக்கு விருத்தமாகிய கர்மங்களிற் பிரவிருத்திக்க நாணுதல், இலஜ்ஜையா (நாணமா)ம்.

(அ) சகல வைதிக கர்மங்களிலு முண்டாகும் சிரத்தை, மதியாம்.

(க) வேதத்திற் சொல்லியபடி மந்திரங்களை அப்பியசித்தல், ஜபம். கற்பசூத்திரம், வேதம், தருமசாஸ்திர புராணேதிகாசங்களென்னு மிவற்றை யப்பியசித்தலும், ஜபமெனப்படும். அந்த ஜபமும் வாசிகம் மானசமென்று இருவகைப்படும். அவற்றுள் வாசிகம் உபாம்சு (பிறர் காதுக்குக் கேட்காமல் ஜபித்தல்) உச்சம் (உரத்துஜபித்தல்) என இருவகையாம். மானசம்,மனனம் தியானமென இருவகையாம். உச்சத்தைவிட உபாம்சு ஆயிரமடங்கும், உபாம்சுவைவிட மானசமாகிய மனனத்தியானங்கள் கோடிமடங்கும் அதிகபலனைத் தருவனவாம். உச்சத்தினால் பலன் உண்டாவதாயிருந்தாலும் அது நீசர் காதிற்படுமாயின் நிஷ்பலமாகும்.

(ம) வேதத்திற்கூறிய விதிநிஷேதங்களை யநுஷ்டித்தலாகிய நித்தியகர்மம், விரதமெனப்படும். இதனை மகமென்றுங் கூறுவர்.

இந்தியமவிலக்ஷணம் தர்சநோபநிஷத்து, சாண்டில்யோபநிஷத்து, சூதசங்கிதைமுதலியவற்றிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. “இந்திரியங்களிலுண்டாகும் வைராக்கியம் இயமமென்று விவேகிகளாற் சொல்லப்படும். பரதத்துவத்தில் இடைவிடாதுண்டாகும் விருப்பம், நியமமெனப்படும். சர்வ வஸ்துக்களிடத்தும் உதாஸீனமாயிருத்தல், உத்தமமாகிய ஆசனமாம். இந்தச் சகலஜகத்தும் மித்தையாகத் தோற்றுதல், பிராணாயாமமாம். சித்தத்தின் அந்தர்முகத்தன்மை பிரத்தியாகாரமாம். சித்தத்தின் நிச்சயத்தன்மையை தாரணையென்றறிவர். அந்தச் சின்மாத்திரமே நானென்று சிந்தித்தல், தியானமெனப்படும். தியானத்தைச் செவ்வையாய் மறத்தல், சமாதியெனப்படு மென்றிப்படி இயமாதிகளின் இலக்ஷணம் திரிசிகி யுபநிஷத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே பப்பத்தாகக் கூறிய இயமநியமங்களை பதஞ்சலியோகநூலும் மற்றப்புராண முதலியவற்றிலும் ஐவைந்தாக அடக்கிச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றனவென்பது மதுசூதனஸரஸ்வதிகள் அபிப்பிராயம்.

ஹடஸ்ய ப்ரதமாங்கத்வா தாஸநம் பூர்வமுச்யதே ।
குர்யாத்ததாஸநம் ஸ்தைர்ய மாரோக்யம் சாங்கலாகவம் ॥ கஎ ॥

(இ-ள்) (ஆசனம், கும்பகமென்னுஞ் சித்திரம், முத்திரை யென்னுங் கரணம், நாதானுசந்தானம் என்று இந்நூலிற் சொல்லப்படும் நாலங்கங்களில்) ஆசனம் ஹடத்திற்கு முதலங்கமாயிருத்தலால், அது முதலிற் சொல்லப்படுகின்றது. அவ்வாசனம் ஸ்தைரியத்தையும் (ஸ்திரத்தன்மையையும்), ஆரோக்கியத்தையும், அங்கலாகவத்தை (கனமின்மை) யுஞ் செய்யும். எ-று.

பிரத்தியாகாரமுதல் சமாதிவரையிலுள்ளவைகள் நாதானுசந்தானத்திலடங்கும்; ஆசனம், தேகமனதுகளின் சஞ்சலத்தன்மையாகிய இரஜோதருமத்தைக் கெடுக்குந்தன்மையால், ஸ்திரத்தன்மையை யுண்டுபண்ணுகின்றது; "ஆஸநேந ரஜோ ஹந்தி- ஆசனத்தால் இரஜோதன்மத்தைக் கெடுக்கின்றான்" என்னும் வாக்கியத்தால்.

சித்தவிக்ஷேபத்தைச் செய்யும் ரோகமில்லாமை, ஆரோக்கியமாம்- ரோகம் சித்தவிக்ஷேபத்தைத் தருவதாமென்பது பதஞ்சலி சூத்திரத்தில் "வ்யாதிஸ்த்யாந ஸம்ஶய ப்ரமாதாலஸ்யா விரதி ப்ராந்திதர்ஶநாலப்தபூமிகத்வா நவஸ்திதத்வாநி சித்த விக்ஷேபாஸ்தேऽந்தராயா:" ॥ வியாதி, ஸ்தியானம் (யோகானுஷ்டானசாமர்த்தியமில்லாமை), சம்சயம், பிரமாதம் (இஃது இஃது இது ஆகாதென்பது), ஆலஸியம், அவிரதி (சித்தத்திற்கு விஷயத்தில் வைராக்கியமில்லாமை), பிராந்திதரிசனம் (விபரீதஞானம்), சமாதி பூமிகிடையாதிருத்தல், கிடைத்தபூமியில் சித்தம் நில்லாதிருத்தல் என்னுமிவை சித்தவிக்ஷேபமென்னும் அந்தராய (யோகப்பிரதிபக்ஷ) ங்களாம்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சரீரத்தில் கனமில்லாமை அங்கலாகவமெனப்படும். இதனால் கௌரவ (திண்மை) வடிவமாகிய தமோதர்மங்களைக் கெடுக்குந்தன்மையும் சொல்லப்பட்டது. சகாரத்தால் (உம்மையால்) பசி விருத்தியாதல் முதலியவைகளும் கிரகிக்கப்படுகின்றன. (கஎ)

(அ-கை) வசிஷ்டர் முதலியோர்களுக்குச் சம்மதமாகிய ஆசனங்களிற் சிரேஷ்டமானவை யென்றுச் சொல்லப்படுகின்றன வெனக்கூறுகின்றார்.

𑌵𑌸𑌿𑌷𑍍𑌠𑌾𑌦𑍍𑌯𑍈𑌶𑍍𑌚 𑌮𑍁𑌨𑌿𑌭𑌿𑌰𑍍𑌮𑌤𑍍𑌸𑍍𑌯𑍇𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌾𑌦𑍍𑌯𑍈𑌶𑍍𑌚 𑌯𑍋𑌗𑌿𑌭𑌿𑌃 । 𑌅𑌙𑍍𑌗𑍀𑌕𑍃𑌤𑌾𑌨𑍍𑌯𑌾𑌸𑌨𑌾𑌨𑌿 𑌕𑌥𑍍𑌯𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌕𑌾𑌨𑌿𑌚𑌿𑌨𑍍𑌮𑌯𑌾 ॥ ॥ ௧௮ ॥

(இ-ள்) வசிஷ்டர் முதலிய மனனசீலர்களாகிய முனிகளாலும் மச்சேந்திரர்முதலிய யோகிகளாலும் அங்கீகரிக்கப்பட்ட எண்பத்திரண்டாசனங்களில் சிரேஷ்டமாகிய சில என்றுச் சொல்லப்படுகின்றன. எ-று.

முதலியவெனுஞ்சொல்லால் யாஞ்ஞவல்கியர் முதலியோர்களும், சகாரத்தால் (உம்மையால்) மந்திரமுதலியவற்றை அநுஷ்டிப்பவர்களும் கொள்ளப்படுவர். மச்சேந்திரர் முதலிய வென்பதிலுள்ள முதலியவெனுஞ் சொல்லால் ஜாலந்தரநாதர் முதலியோர்களும், சகாரத்தால் (உம்மையால்) முத்திரைமுதலியவற்றின் அநுஷ்டானமுடையவர்களுங் கொள்ளப்படுவர். இருதிறத்தாருக்கும் மனனமும் ஹடாப்பியாசமுமிருந்தாலும் வசிஷ்டர்முதலியோர்களுக்கு மனனமும் மச்சேந்திரர்முதலியோர்களுக்கு ஹடாப்பியாசமும் பிரதானமாமென்று பிரித்துக்காண்க. (௧௮).

(அ-கை) அவற்றுள், சுகத்தைத்தருவதாயிருத்தலால் சுவஸ்திகாசனத்தை முதலிற் கூறுகின்றார்.

𑌜𑌾𑌨𑍂𑌰𑍍𑌵𑍋𑌰𑌨𑍍𑌤𑌰𑍇 𑌸𑌮𑍍𑌯𑌕𑍍𑌕𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌪𑌾𑌦𑌤𑌲𑍇 𑌉𑌭𑍇 । 𑌋𑌜𑍁𑌕𑌾𑌯𑌃 𑌸𑌮𑌾𑌸𑍀𑌨𑌃 𑌸𑍍𑌵𑌸𑍍𑌤𑌿𑌕𑌂 𑌤𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌚𑌕𑍍𑌷𑌤𑍇 ॥ ॥ ௧௯ ॥

(இ-ள்) முழந்தாளுக்கும் தொடைக்கும் மத்தியில் இரண்டு பாதங்களையும் வைத்துக் காயம் நிமிர்ந்து செவ்வையாய் உ

ட்கார்ந்திருப்பது சுவஸ்திகாசனமென்று சொல்லப்படும். எ-று.

இங்கே முழங்காலென்னுஞ்சொல்லால் முழங்காலைச் சம் பந்தித்துள்ள கணைக்கால் கொள்ளப்படுகின்றது. 'ஜங்கோர்வோ:- கணைக்காலுக்குந் தொடைக்கும்' என்னும் பாடமும் பொருந்தும். "ஊருஜங்காந்தராயாம் து ஸந்தௌ ஜானுஸம்ஜ்ஞகே | யோகிநோ ந்யஸனம் பத்ப்யாம் ஸ்வஸ்திகம் தத்விதோ விது:|| தொடைக்குங் கணைக்காலுக்கும் இடையாகிய முழந்தாள் மத்தியில் இரண்டு பாதங்களையும் வைத்துக்கொண்டு யோகிகளிருப்பதேதுவோ, அதைச் சுவஸ்திகமென்று விவேகிகள் அறிவர்" என்று ஸ்ரீதரரால் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (௧௯)

கோமுகாசனம்.

(அ-கை) கோமுகாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸவ்யே தக்ஷிணகுல்ஃபம் து ப்ருஷ்டபார்ஶ்வே நியோஜயேத் |
தக்ஷிணேऽபி ததா ஸவ்யம் கோமுகம் கோமுகாக்ருதி: || உ0 ||

(இ-ள்) இடது பிருஷ்ட (பின்) பாகத்தில் அதாவது சம்பிரதாயத்தால் கடியின்கீழ்ப்பாகத்தில் வலதுபா (கா) ட்டையும், அப்படியே வலது பிருஷ்டபாகத்தில் இடது பாட்டையும் செவ்வையாகச் சேர்க்கவேண்டும். இது கோமுகவடிவம் போன்ற கோமுகாசனமாம். எ-று.

இவ்வாசனம் மூலபந்தத்தால் அபானசித்தியைத் தருவதுடன் பகந்தரவியாதியையுங் கெடுக்கின்றது. தௌதிநௌலிக்கிரியைகளின் சித்தியையும் விசேஷமாய்த்தருகின்றது. (உ0)

வீராசனம்.

(அ-கை) வீராசனத்தைக்கூறுகின்றார்.

ஏகம் பாதம் ததைகஸ்மின் வின்யஸேதூருணி ஸ்திரம்

தழ | ஊருவஸ்லிம்ஸ்யாமெொஈ-ஂவீராஸநஂ ஈரிதம் ॥

(இ-ள்) ஒருபாதத்தை ஒருதொடையிலும், மற்றப்பாதத்தில் வேறுதொடையையும் வைத்தல், அதாவது வலது பாதத்தை இடது தொடையிலும் இடதுபாதத்தில் வலது தொடையையும் வைத்தல், வீராசனமெனப்படும். எ-று. (உக)

கூர்மாசனம்.

(அ-கை) கூர்மாசனத்தைக்கூறுகின்றார்.

ம-ஜஂ நிரு-ய்ய ம-ஹாஸ்ரஂ வ்ய-க்ரமேண ஸமாஹி

தஃ । கூர்மாஸநஂமெவெதி ஈதியோமவிதோவி

துஃ ॥ ॥ உஉ ॥

(இ-ள்) இரண்டு பாடுகளினாலும் குதத்தை நிரோதித்து(தடுத்து), இரண்டு முழந்தாள்களையும் பூமியில் வைத்து, நிமிர்ந்து செவ்வையாக இருத்தல், கூர்மாசனமாமென்று யோகவித்துக்கள் அறிவர். எ-று.

இவ்வாசனம் என்பது வாதரோகங்களையும் கெடுப்பதாம். (உஉ)

குக்குடாசனம்.

(அ-கை) குக்குடாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

பத்மாஸநஂ ஸுஸஂஸ்தாப்ய ஜாநூவோரந்தரே க

ரௌ । நிவேஸ்ய பூமௌ ஸஂஸ்தாப்ய வ்யோமஸ்தஂ குக்கு

டாஸநம் ॥ ॥ உ௩ ॥

(இ-ள்) தொடைகளின் பேரில் மேல்நோக்கிய பாதங்களாக வைக்கும் பதுமாசனத்தைச் செவ்வையாகச் சேர்த்துக்கொண்டு, முழந்தாளுக்கும் அதாவது முழந்தாளுக்கடுத்த கணைக்காலுக்குந் தொடைக்கும் மத்தியில் இரண்டுகைகளையும் நுழை

த்துப், பூமியிற் செவ்வையாய் நிறுத்தி மேலெழும்பியிருத்தல் பத்மாசனம் போன்ற குக்குடாசன மெனப்படும். எ-று (உ௩)

உத்தானகூர்மாசனம்.

(அ-கை) உத்தான கூர்மாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌕𑍁𑌕𑍍𑌕𑍁𑌟𑌾𑌸𑌨𑌬𑌨𑍍𑌧𑌸𑍍𑌥𑍋 𑌦𑍋𑌰𑍍𑌭𑍍𑌯𑌾𑌂 𑌸𑌂𑌬𑌧𑍍𑌯 𑌕𑌨𑍍𑌧
𑌰𑌾𑌂 | 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍𑌕𑍂𑌰𑍍𑌮𑌵𑌦𑍁𑌤𑍍𑌤𑌾𑌨 𑌏𑌤𑌦𑍁𑌤𑍍𑌤𑌾𑌨𑌕𑍂𑌰𑍍𑌮
𑌕𑌂 || ‖ உ௪ ‖

(இ-ள்) முன்சுலோகத்திற் கூறிய குக்குடாசன பந்தத்திலிருந்துகொண்டு, இரண்டு புஜங்களாலும் கழுத்தை நெருக்கிக் கூர்மத்தைப்போல உத்தானம் (ஒட்டியிருத்தல்) எதினாலுண்டாகிறதோ, அது உத்தானகூர்மக மெனப்படும். எ-று (உ௪)

தனுராசனம்.

(அ-கை) தனுராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌪𑌾𑌦𑌾𑌙𑍍𑌗𑍁𑌷𑍍𑌠𑍌 𑌤𑍁 𑌪𑌾𑌣𑌿𑌭𑍍𑌯𑌾𑌂 𑌗𑍃𑌹𑍀𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌶𑍍𑌰𑌵𑌣𑌾𑌵
𑌧𑌿 | 𑌧𑌨𑍁𑌰𑌾𑌕𑌰𑍍𑌷𑌣𑌂 𑌕𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾𑌦𑍍𑌧𑌨𑍁𑌰𑌾𑌸𑌨𑌮𑍁𑌚𑍍𑌯
𑌤𑍇 | ‖ உ௫ ‖

(இ-ள்) கைகளால் இரண்டு காற்பெருவிரல்களையும் பிடித்துக், காதுவரையிலும் வில்லைப் போல இழுக்கவேண்டும். அதாவாது பெருவிரலைப் பிடித்திருக்கும் ஒருகையை நீட்டிக்கொண்டு, பெருவிரலைப் பிடித்திருக்கும் மற்றொரு கையைக் காது வரையிலும் இழுக்கவேண்டுமென்பது பொருள். இது தனுராசனமெனப்படும். எ-று.

இவ்வாசனம் ஆலசியத்தைக்கெடுப்பதாயும், கபாதிதோஷங்களை ஜெயிப்பதாயும், மலசுத்தியைத்தருவதாயு மிருக்கின்றது. (உ௫)

மச்சேந்திராசனம்.

(அ-கை) மச்சேந்திராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாமோருமூலார்பிததக்ஷபாதம் ஜாநோர்பஹிர்வேஷ்டிதவாமபாதம் । ப்ரக்ருஹ்ய திஷ்டேத் பரிவர்திதாங்க: ஸ்ரீமத்ஸ்யநாதோதிதமாஸநம் ஸ்யாத் ॥ உசா ॥

(இ-ள்) இடதுதொடையின் மூலத்தில் வைக்கப்பட்ட வலது பாதத்தை (சம்பிரதாயத்தால் பின்புறமாகச்சென்ற இடதுகையினால் குதியின் மேற்பாகத்தை)ப் பிடித்துக்கொண்டு, வலது முழந்தாளுக்கு வெளியில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் இடது பாதத்தை(இடது முழந்தாளுக்குவெளியிற் சுற்றிய வலது கையினால் இடதுகாற் பெருவிரலை)ப் பிடித்துக்கொண்டு, இடது பக்கம் பின்புறமாய் முகமிருக்கும்படி) திரும்பிய அங்கமாக இருக்கவேண்டும். இவ்வாசனம் மச்சேந்திரநாதரால் சொல்லப்பட்ட ஆசனமாகின்றது. எ-று.

இவ்வாசனம் மச்சேந்திரநாதரால் சொல்லப்பட்டமையால் அவர் பெயரால் வழங்கப்படுகின்றது. இப்படியே வலது தொடையின் மூலத்திற்சேர்க்கப்பட்ட இடது பாதத்தைப் பின்புறமாய்ச் சென்ற வலது கரத்தாற் பிடித்து, இடது முழந்தாளுக்கு வெளியிற் சூழ்ந்த வலதுபாதத்தை வலதுமுழந்தாளுக்கு வெளியிற் சூழ்ந்த இடதுகையினாற் பிடித்து, வலப்பாகமாய் முகம் பின்புறமிருக்கும்படி திரும்பிய அங்கமாகவும் அப்பியாசிக்கவேண்டும்.

(அ-கை) மச்சேந்திராசனத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

மத்ஸ்யேந்த்ரபீடம் ஜடரப்ரதீப்திம் ப்ரசண்டருங்மண்டலகண்டநாஸ்த்ரம் । அப்யாஸத: குண்டலிநீப்ரபோதம் சந்த்ரஸ்திரத்வம் ச ததாதி பும்ஸாம் ॥ உஎ ॥

(இ-ள்)* பிரசண்ட (சகித்தற்கரிய) ரோகக்கூட்டங்களைக் கண்டித்தலில் அஸ்திரம் போன்றிருக்கும் மச்சேந்திராசனம், தினந்தோறும் ஆவர்த்தனம் செய்தலாகிய அப்பியாசத்தால் புருஷர்களுக்கு* ஜடராக்கினியின் விருத்தியையும், குண்டலினியென்னும் ஆதாரசக்தியின் விழிப்பையும், (அண்ணத்தின் மேற்பாகத்தில் நித்தியம் அசைந்துகொண்டிருக்கும்) சந்திரனது ஸ்திரத்துவத்தை (அசைவின்மையை)யும் தருகின்றது. எ-று. (௨௭)

பச்சிமதான ஆசனம்.

(அ-கை) பச்சிமதான ஆசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌪𑍍𑌰𑌸𑌾𑌰𑍍𑌯 𑌪𑌾𑌦𑍌 𑌭𑍁𑌵𑌿 𑌦𑌣𑍍𑌡𑌰𑍂𑌪𑍌 𑌦𑍋𑌰𑍍𑌭𑍍𑌯𑌾𑌂
𑌪𑌦𑌾𑌗𑍍𑌰𑌦𑍍𑌵𑌿𑌤𑌯𑌂 𑌗𑍃𑌹𑍀𑌤𑍍𑌵𑌾 । 𑌜𑌾𑌨𑍂𑌪𑌰𑌿𑌨𑍍𑌯𑌸𑍍𑌤
𑌲𑌲𑌾𑌟𑌦𑍇𑌶𑍋 𑌵𑌸𑍇𑌦𑌿𑌦𑌂 𑌪𑌶𑍍𑌚𑌿𑌮𑌤𑌾𑌨𑌮𑌾𑌹𑍁𑌃 ॥ ௨௮ ॥

(இ-ள்) பூமியில் தண்டவடிவமாக இரண்டு குதிகளையும் சேர்த்துப் பாதங்களை நீட்டிக், கைச்சுட்டு விரல்களால் காற்பெருவிரல்களைப் பலமாக இழுத்துப் (முழந்தாளின் கீழ்ப்பாகம் பூமியினின் றெழாதவண்ணம்) பிடித்துக்கொண்டு, முழந்தாளின் மேல் நெற்றியை வைத்துக்கொண் டிருத்தல்வேண்டும். இதைப் பச்சிமதானாசனமென்பர். எ-று. (௨௮)

(அ-கை) இனி அதன்பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌇𑌤𑌿 𑌪𑌶𑍍𑌚𑌿𑌮𑌤𑌾𑌨𑌮𑌾𑌸𑌨𑌾𑌗𑍍𑌰𑍍𑌯𑌂 𑌪𑌵𑌨𑌂 𑌪𑌶𑍍𑌚𑌿𑌮𑌵𑌾
𑌹𑌿𑌨𑌂 𑌕𑌰𑍋𑌤𑌿 । 𑌉𑌦𑌯𑌂 𑌜𑌠𑌰𑌾𑌨𑌲𑌸𑍍𑌯 𑌕𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾
𑌦𑍁𑌦𑌰𑍇 𑌕𑌾𑌰𑍍𑌶𑍍𑌯𑌮𑌰𑍋𑌗𑌤𑌾𑌂 𑌚 𑌪𑍁𑌂𑌸𑌾𑌮𑍍 ॥ ॥ ௨௯ ॥

(இ-ள்) இப்படி முற்கூறிய ஆசனங்களில் முக்கியமாகிய பச்சிமதானாசனமானது பிராணனைப்* பச்சிமமென்னும் சுழிமுனைமார்க்கமாய்ச் செல்வதாக்குகின்றது. ஜடராக்கினியையும் விருத்தி செய்கின்றது. அன்றியும் உதரத்தில் (மத்தியப்பிரதேசத்

தில்) கிருசத்துவத்தை (மெலிவை)யும், ரோகமின்மையை (ஆரோக்கியத்தை)யும் செய்கின்றது. எ-று.

சகாரத்தால் (உம்மையால்) நாடியின் நிமிர்ச்சிமுதலியவற்றின் சமத்தன்மையையும் செய்கின்றது என்று கொள்க. (௨௯)

மயூராசனம்.

(அ-கை) மயூராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌧𑌰𑌾𑌮𑌵𑌷𑍍𑌟𑌭𑍍𑌯 𑌕𑌰𑌦𑍍𑌵𑌯𑍇𑌨 𑌤𑌤𑍍𑌕𑍂𑌰𑍍𑌪𑌰𑌸𑍍𑌥𑌾𑌪𑌿𑌤
𑌨𑌾𑌭𑌿𑌪𑌾𑌰𑍍𑌶𑍍𑌵𑌃 । 𑌉𑌚𑍍𑌚𑌾𑌸𑌨𑍋 𑌦𑌣𑍍𑌡𑌵𑌦𑍁𑌤𑍍𑌥𑌿𑌤𑌃 𑌖𑍇
𑌮𑌾𑌯𑍂𑌰𑌮𑍇𑌤𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌵𑌦𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌪𑍀𑌠𑌮𑍍 ॥ ௩0

(இ-ள்) விரல்களை விரித்து, இரண்டுகைகளையும் பூமியிலூன்றி, நாபியினிருபக்கங்களிலும் முழங்கைகளை வைத்து, உயர்ந்த ஆசனமாகத் தண்டத்தைப்போல எழும்பி நிற்றலே மயூராசனமென்பர். எ-று. (௩0)

(அ-கை) மயூராசனத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌹𑌰𑌤𑌿 𑌸𑌕𑌲𑌰𑍋𑌗𑌾𑌨𑌾𑌶𑍁 𑌗𑍁𑌲𑍍𑌮𑍋𑌦𑌰𑌾𑌦𑍀𑌨𑌭𑌿
𑌭𑌵𑌤𑌿 𑌚 𑌦𑍋𑌷𑌾𑌨𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌶𑍍𑌰𑍀𑌮𑌯𑍂𑌰𑌮𑍍 । 𑌬𑌹𑍁 𑌕𑌦𑌶
𑌨𑌭𑍁𑌕𑍍𑌤𑌂 𑌭𑌸𑍍𑌮 𑌕𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾𑌦𑌶𑍇𑌷𑌂 𑌜𑌨𑌯𑌤𑌿 𑌜𑌠𑌰𑌾𑌗𑍍𑌨𑌿𑌂
𑌜𑌾𑌰𑌯𑍇𑌤𑍍𑌕𑌾𑌲𑌕𑍂𑌟𑌮𑍍 ॥ ௩௧ ॥

(இ-ள்) மயூராசனம் குன்மம், ஜலோதர முதலிய சகல ரோகங்களையும் கெடுக்கும். வாதபித்த கபங்களும், ஆலஸியத்தைத் தருபவைகளுமாகிய தோஷங்களைத் திரஸ்கரிக்கும். அதிகமாய்ச் சாப்பிட்ட தீய்ந்த அன்னங்களெல்லாவற்றையும் பஸ்மமாக்கும். ஜடராக்கினியை யுண்டாக்கும். காளகூடத்தைப் போல அபகாரத்தைச் செய்கின்ற அன்னங்களையும் ஜீர்ணமாக்கும். எ-று. (௩௧)

சவாசனம்.

(அ-கை) சவாசனத்தையும் அதன்பலத்தையுங் கூறுகின்றார்.

உத்தானம்ஶவவத்பூமௌ ஶயனம் தச்சவாஸனம் । ஶவாஸனம் ஶ்ரான்திஹரம் சித்தவிஶ்ரான்திகாரகம் ॥ ॥கூஉ॥

(இ-ள்) மரித்த சரீரத்திற்குச் சமமாக முதுகு பூமியிலொட்டியிருக்கும்படி நித்திரையிற்போலப் பொருந்தியிருத்தல், சவாசனமாம். இச்சவாசனம் ஹடாப்பியாசத்தாலுண்டாகும் இளைப்பைத் தீர்ப்பதாயும் சித்தத்திற்கு விசிராந்தியைத் தருவதாயுமிருக்கின்றது. எ-று. (கூகூ)

(அ-கை) இனிச்சொல்லப்படும் நான்காசனங்களின் மேன்மையைக் கூறுகின்றார்.

சதுரஶீத்யாஸநானி ஶிவேன கதிதானி ச । தேப்யஶ்சதுஷ்கமாதாய ஸாரபூதம் ப்ரவீம்யஹம் ॥ கூகூ ॥

(இ-ள்) ஈசுவரனால் எண்பத்துநான்காசனங்களும் அவற்றினிலக்ஷணங்களும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றின் மிக்க சாரபூதமாயுள்ள நான்காசனங்களைக் கிரகித்து யான் சொல்லுகிறேன். எ-று.

அவற்றினிலக்ஷணங்களுமென்பது சகாரத்தால் (உம்மையால்) வருவிக்கப்பட்டது. அது கோரக்கநாதரால் "சதுரஶீதிலக்ஷாணாம் ஜீவஜாதய: । ஏகைகமாஸனம் ப்ரோக்தம் ஶிவேன ஸு... ॥ சதுரஶீதிலக்ஷணி ஸமேகைகம் ... । ததஶ்ஶிவேன பீடானாம் ஷோடஶோனம் ஶதம்க்ருதம் ॥ ஜீவஜாதிகளெவ்வளவோ, அவ்வளவாசனங்களிருக்கின்றன. அவற்றினெல்லாப்பேதங்களையும் மகேசுவரர் அறிகின்றார். எண்பத்துநான்குலக்ஷங்களில் லக்ஷத்துக்கொவ்வொன்று செவ்வையாக உச்சரிக்கப்படுகின்றது. ஆகையால் ஈசுவரனால் எண்பத்துநான்கு ஆசனங்கள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கூகூ)

(அ-கை) அந்நான்கு ஆசனங்களின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌂 𑌪𑌦𑍍𑌮𑌂 𑌤𑌥𑌾 𑌸𑌿𑌂𑌹𑌂 𑌭𑌦𑍍𑌰𑌂 𑌚𑍇𑌤𑌿 𑌚𑌤𑍁𑌷𑍍𑌟𑌯𑌂 ।
𑌶𑍍𑌰𑍇𑌷𑍍𑌠𑌂 𑌤𑌤𑍍𑌰𑌾𑌪𑌿 𑌚 𑌸𑍁𑌖𑍇 𑌤𑌿𑌷𑍍𑌠𑍇𑌤𑍍 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌾𑌸𑌨𑍇 𑌸𑌦𑌾 ॥

(இ-ள்) (*)சித்தாசனம், பதுமாசனம், சிம்ஹாசனம், பத்திராசனம் என்னும் நான்கும் சிரேஷ்டமுள்ளனவாம். அவற்றினும் சுகத்தைத்தரும் சித்தாசனத்திலெப்பொழுது மிருக்கவேண்டும். எ-று.

இதனால் சித்தாசனம் நான்கினும் மேன்மையானது என்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது.

மச்சேந்திரசித்தாசனம்.

(அ-கை) நான்காசனங்களினும் மேலானதாயிருத்தலால் சித்தாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌯𑍋𑌨𑌿𑌸𑍍𑌥𑌾𑌨𑌕𑌮𑌙𑍍𑌘𑍍𑌰𑌿𑌮𑍂𑌲𑌘𑌟𑌿𑌤𑌂 𑌕𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌦𑍃𑌢𑌂 𑌵𑌿-
𑌨𑍍𑌯𑌸𑍇𑌨𑍍𑌮𑍇𑌢𑍍𑌰𑍇 𑌪𑌾𑌦𑌮𑌥𑍈𑌕𑌮𑍇𑌵 𑌹𑍃𑌦𑌯𑍇 𑌕𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾
𑌹𑌨𑍁𑌂 𑌸𑍁𑌸𑍍𑌥𑌿𑌰𑌮𑍍 । 𑌸𑍍𑌥𑌾𑌣𑍁𑌃 𑌸𑌂𑌯𑌮𑌿𑌤𑍇𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌿𑌯𑍋𑌽𑌚𑌲𑌦𑍃𑌶𑌾
𑌪𑌶𑍍𑌯𑍇𑌦𑍍𑌭𑍍𑌰𑍁𑌵𑍋𑌰𑌨𑍍𑌤𑌰𑌂 𑌹𑍍𑌯𑍇𑌤𑌨𑍍𑌮𑍋𑌕𑍍𑌷𑌕𑌪𑌾𑌟𑌭𑍇-
𑌦𑌜𑌨𑌕𑌂 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌪𑍍𑌰𑍋𑌚𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ ॥ ௩௫ ॥

(இ-ள்) குதத்திற்கும் உபஸ்தத்திற்கும் மத்தியப் பிரதேசமாகிய யோனிஸ்தானத்தை இடதுகாலின் பாதமூலத்தால் அ

(*) சித்தம், பதுமம், உக்கிரம், சுவஸ்திகமென்னும் நான்கும் பிரதானமாமென்று சிவசங்கிதையில் ஈசுவரனாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே உக்கிராசனமென்றது பச்சிமதானவாசனத்தை. பதுமாசனத்தைச் சுபாசனமென்பர். அவற்றுள், சித்தாசனம் பதுமாசனமென்னும் இரண்டும் கிரகஸ்தாசிரமிகளுக்குக் கூடுமாயினும், பதுமம் கிரகஸ்தாசிரமிகளுக்கும், சித்தம் மற்றஆசிரமிகளுக்கும் சிலாக்கியமாமென்பர்.

மூர்த்தி, வலது பாதத்தை உபஸ்தத்திற்கு மேற்பாக (இலிங்க) த்திற்றிடமாக அழுத்தவேண்டும். இருதயத்தில் மோவாய்க்கட்டையைச் செவ்வையாக நிறுத்தி [மோவாய்க்கட்டைக்கும் இருதயத்திற்கும் நாலங்குல மிடையிருக்கும்படி செய்து என்பது இரகசியம்], இந்திரியங்களை விஷயங்களினின்றும் தடுத்து அசைவற்ற பார்வையாய்ப் புருவமத்தியிற் பார்க்கவேண்டும். பிரசித்தமாகிய இது மோக்ஷகபாடத்தின் (பிரதிபந்தகத்தின்) பேதத்தை (நாசத்தை) யுண்டாக்கும் சித்தாசனமென்று சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

சித்தர் (யோகி) களது ஆசனம், சித்தாசனமாம். "ஆஸ்யதேऽநேநேதிவா ஆஸநம்- இதில் உட்காருகின்றார்கள் அல்லது இதனால் உட்காரப்படும். ஆதலால் ஆசனமெனப்படுகின்றது." (௩௫)

மதாந்திரசித்தாசனம்.

(அ-கை) மச்சேந்திரருக்குச் சம்மதமாகிய சித்தாசனத்தைக்கூறி, அன்னியருக்குச் சம்மதமுள்ள ஆசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

மேண்ட்ராதுபரி விந்யஸ்ய ஸவ்யம் குல்பம் ததோபரி ।
குல்பாந்தரம் ச நிக்ஷிப்ய ஸித்தாஸநமிதம் பவேத் ॥

(இ-ள்) உபஸ்தத்திற்கு மேற்பாகத்தில் (இலிங்கத்தின்மேல்) இடது பாட்டைச் சேர்த்து, அப்படியே முக்கியமாகிய இடது பாதத்தின்பேரில் வலது பாட்டைச்சேர்த்து இருக்கவேண்டும், இது சித்தாசனமாம். எ-று.

இந்தச் சித்தாசனம் மதாந்திர சம்மதமாகையால் பேதமில்லை யென்பது பொருள்.

(அ-கை) அவற்றுள் முதலாவது மஹாசித்தர்களுக்குச் சம்மதமாமென்பதை விளக்கும்பொருட்டு, இதன் (சித்தாசனத்தின்) மதபேதங்களையும் நாமபேதங்களையும் கூறுகின்றார்.

𑌏𑌤𑌤𑍍𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌹𑌰𑌨𑍍𑌯𑍇 𑌵𑌜𑍍𑌰𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌵𑌿𑌦𑍁𑌃 । 𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌵𑌦𑌨𑍍𑌤𑍍𑌯𑍇𑌕𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌹𑍁𑌰𑍍𑌗𑍁𑌪𑍍𑌤𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌪𑌰𑍇 ॥ ௧௭ ॥

(இ-ள்) முற்கூறிய இதைச் சித்தாசனமென்று சிலர் கூறுகின்றனர். அன்னியர் வஜ்ஜிராசனமென்றறிகின்றனர். சிலர் முக்தாசனமென்று கூறுகின்றனர். வேறுசிலர் குப்தாசனமென்று சொல்லுகின்றனர். எ-று.

இங்கே ஆசனத்தையுணர்ந்தவர்கள் இடது காற்பாட்டை யோனிஸ்தானத்திற் சேர்த்து, வலதுகாற்பாட்டை உபஸ்தத்தின்பேரில் வைத்தலைச் சித்தாசனமென்றும், வலது காற்பாட்டை யோனிஸ்தானத்தில் வைத்து, இடது காற் பாட்டை உபஸ்தத்தின்பேரில் வைத்தலை வஜ்ஜிராசனமென்றும், வலதுகாற்பாடு இடது காற்பாடு இரண்டையும் மேலுங்கீழுமாகச் சேர்த்து யோனிஸ்தானத்தில் வைத்தலை (*) முக்தாசனமென்றும், மேலுங்கீழுமாகச் சேர்க்கப்பட்ட இரண்டு பாடுகளையும் உபஸ்தத்தின்மேல் வைத்தலைக் குப்தாசனமென்றுங் கூறுவர். (௧௭)

(அ-கை) இனி எழுசுலோகங்களால் சித்தாசனத்தைக் கீர்த்திக்கின்றார்.

𑌯𑌮𑍇𑌷𑍍𑌵𑌿𑌵 𑌮𑌿𑌤𑌾𑌹𑌾𑌰𑌮𑌹𑌿𑌂𑌸𑌾 𑌨𑌿𑌯𑌮𑍇𑌷𑍍𑌵𑌿𑌵 । 𑌮𑍁𑌖𑍍𑌯𑌂 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌾𑌸𑌨𑍇𑌷𑍍𑌵𑍇𑌕𑌂 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌾𑌃 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌵𑌿𑌦𑍁𑌃 ॥

(இ-ள்) இயமங்களில் மிதாகாரமும் நியமங்களில் அஹிம்சையும் முக்கியமாதல் போல, எல்லாஆசனங்களிலும் சித்தாசனம் ஒன்றே முக்கியமானதாமென்று சித்தர்களறிகின்றனர். எ-று.

(*) இடதுகாற் பாட்டாற் சிவனியையமுத்திவலதுகாற் பாட்டை அப்பாட்டின்கீழ்ச்சைவைத்தல், முக்தாசனமாமென்றுங் கூறுவர். இவ்விரண்டு விதத்தையும் தத்தசங்கிதை யிற்காண்க.

மிதாகாரம்: "ஸுஸ்நிக்தமதுராஹார:" என்பவற்றாற் (58-வது சுலோகத்தாற்)சொல்லப்படும். (௩௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

சதுரசீதிபீடேஷு ஸித்தமேவ ஸதாப்யஸேத் |
த்வாஸப்ததிஸஹஸ்ராணாம் நாடீநாம் மலஶோதநம் ||

(இ-ள்) எண்பத்துநான்காசனங்களில் சித்தாசனத்தையே யெப்போதும் அப்பியசிக்கவேண்டும். அது எழுபத்திராயிரம் நாடிகளின் மலத்தையும் சோதிப்ப(சுத்திசெய்வ)தாயிருக்கின்றது. எ-று.

சித்தாசனத்தையே எப்போதும் அப்பியசிக்கவேண்டுமென்பது (*) ஹேதுகர்ப்பவிசேஷணம். (௩௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஆத்மத்யாயீ மிதாஹாரீ யாவத்த்வாதஶவத்ஸரம் | ஸதா
ஸித்தாஸநாப்யாஸாத்யோகீ நிஷ்பத்திமாப்நுயாத் || ௪௰ ||

(இ-ள்) ஆத்துமாவைத் தியானிப்பவனும் மிதாஹாரமுள்ளவனுமாய்ப், பன்னிரண்டுவருஷம் வரையில் எப்போதும் சித்தாசனத்தையே அப்பியசித்தலால் யோகி (யோகாப்பியாசி), யோகசித்தியை யடைகிறான். அதாவது வேறு யோகாப்பியாசமின்றிச் சித்தாசனத்தின் அப்பியாசமாத்திரத்தால் சித்தியை யடைவானென்பது பொருள். எ-று. (௪௰)

(அ-கை) இதுவுமது.

கிமந்யைர்பஹுபி: பீடை: ஸித்தே ஸித்தாஸநே
ஸதி | ப்ராணாநிலே ஸாவதாநே பத்தே கேவல
கும்பகே || ௪௧ ||

(*) ஹேதுவை (காரணத்தை)க் கர்ப்பத்தில் (மத்தியில்) உடைய விசேஷணம் (அடை), ஹேதுகர்ப்பவிசேஷணமெனப்படும்.

(இ-ள்) சித்தாசனம் சித்தித்தால் சாவதானமாகிய பிராண வாயு கேவலகும்பகத்திற் கட்டுப்படும். கட்டுப்படுமாயின் மற்ற அநேக ஆசனங்களா லென்ன பிரயோசனம்? (ஒன்றுமில்லை.) எ-று. (௪௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌉𑌤𑍍𑌪𑌦𑍍𑌯𑌤𑍇𑌨𑌿𑌰𑌾𑌯𑌾𑌸𑌾𑌤𑍍𑌸𑍍𑌵𑌯𑌮𑍇𑌵𑍋𑌨𑍍𑌮𑌨𑍀𑌕𑌲𑌾 । 𑌤
𑌥𑍈𑌕𑌸𑍍𑌮𑌿𑌨𑍍𑌨𑍇𑌵𑌦𑍃𑌢𑍇𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑍇𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌾𑌸𑌨𑍇𑌸𑌤𑌿 । 𑌬𑌂
𑌧𑌤𑍍𑌰𑌯𑌮𑌨𑌾𑌯𑌾𑌸𑌾𑌤𑍍 𑌸𑍍𑌵𑌯𑌮𑍇𑌵𑍋𑌪𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 ॥ ௪௨ ॥

(இ-ள்) உன்மனீயவஸ்தையாகிய கலை வருத்தமில்லாமல் தானே யுண்டாகின்றது. முற்கூறியவண்ணம் சித்தாசனமொன்றே திடமாகச் சேர்க்கப்படுமாயின், ("𑌪𑌾𑌰𑍍𑌷𑍍𑌣𑌿𑌭𑌾𑌗𑍇𑌨𑌸𑌂𑌪𑍀𑌡𑍍𑌯𑌯𑍋𑌨𑌿𑌮𑌾𑌕𑍁𑌞𑍍𑌚𑌯𑍇𑌦𑍍𑌗𑍁𑌦𑌂- குதியால் யோனியைச் செவ்வையாகப் பிடித்துக் குதத்தைச் சுருக்கவேண்டும்" என்று இனிச்சொல்லப்படும் மூலபந்தமுதலியவற்றிலுண்டாகும்) வருத்தமில்லாமல் அந்த மூன்றுபந்தங்களும் சுவயமாகவே (தாமே) யுண்டாகின்றன. எ-று.

சந்திரரேகையைப் போல சந்தோஷத்தை யுண்டுபண்ணுவதாயிருத்தலால் உன்மனியைக் கலையென்றார். (௪௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌨𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌸𑌦𑍃𑌶𑌂 𑌨𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌃𑌕𑍇𑌵𑌲𑍋𑌪𑌮𑌃 ।
𑌨𑌖𑍇𑌚𑌰𑍀𑌸𑌮𑌾𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌨𑌨𑌾𑌦𑌸𑌦𑍃𑌶𑍋𑌲𑌯𑌃 ॥ ௪௩ ॥

(இ-ள்) சித்தாசனத்திற்குச் சமமான ஆசனமுமில்லை. கேவல கும்பகத்திற்குச் சமமான கும்பகமுமில்லை. கேசரிமுத்திரைக்குச் சமமான முத்திரையுமில்லை. நாதத்திற்குச் சமமான இலயமுமில்லை. எ-று.

பதுமாசனம்.

(அ-கை) இனிப் பதுமாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாமோரூபரி தக்ஷிணம் ச சரணம் ஸம்ஸ்தாப்ய வா
மம் ததா தக்ஷோரூபரி பஶ்சிமேந விதிநா த்ருத்வா கரா
ப்யாம் த்ருடம் । அங்குஷ்டௌ ஹ்ருதயே நிதாய சிபு
கம் நாஸாக்ரமாலோகயே தேதத்வ்யாதிவிநாஶகாரி
யமிநாம் பத்மாஸநம் ப்ரோச்யதே ॥ ॥ ௪௪ ॥

செவ்வையாக வைத்துப், பின்புறமாய் விதியோடு இரண்டு கைக ளாலும் இரண்டு காற்பெருவிரல்களையும் பிடித்துக்கொண்டு, இருதயத்திற்குச்சமீபத்தில் (நாலங்குலம் இடையிருக்கும்படி) மோவாய்க்கட்டையை வைத்து நாசிநுனியைப் பார்க்கவேண்டும். இது யோகிகளுக்கு வியாதியை நாசஞ்செய்யும் பதுமாசனமென்று சொல்லப்படும். எ-று. (௪௪)

மச்சேந்திரபதுமாசனம்.

(அ-கை) மச்சேந்திரநாதரால் கொள்ளப்பட்ட பதுமாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

உத்தாநௌ சரணௌ க்ருத்வா ஊருஸம்ஸ்தௌ ப்ரயத்நத: ।
ஊருமத்யே ததோத்தாநௌ பாணீ க்ருத்வா ததோ
த்ருஶௌ ॥ ॥ ௪௫ ॥

நாஸாக்ரே விந்யஸேத்ராஜதந்தமூலே து ஜிஹ்வயா ।
உத்தம்ப்ய சிபுகம் வக்ஷஸ்யுத்தாப்ய பவநம் ஶநை: ॥

இதம் பத்மாஸநம் ப்ரோக்தம் ஸர்வவ்யாதிவிநாஶநம் ।
துர்லபம் யேந கேநாபி தீமதா லப்யதே புவி ॥ ௪௭ ॥

(இ-ள்) இரண்டு (புறங்கால்களையும் பிரயத்தினத்தாற் றொடையின் பேரிற்சேர்த்து, தொடையின்மத்தியில் இரண்டு கைகளையும் பொருந்தச்செய்து, அதன்பின் பார்வையை நாசிநுனியில் நிச்சலமாக (அசைவில்லாததாக)ச் சேர்த்து, முன்பற்க

ணினிருபுறத்திலுமிருக்கும் (*) மூலத்தில் நாவினால் ஸ்தம்பித்து, மார்பில் மோவாய்க்கட்டையை வைத்து, மெல்ல மெல்ல (†)வாயுவை யெழுப்புதல் சர்வவியாதிகளையும் நாசஞ் செய்யும் பதுமாசனமெனப்படும். (பாக்கியஹீனர்களாகிய) எவர்களாலும் அடைதற்கரிதாம். ஆனால் புவியில் புத்திமான்களாலடையப்படுகின்றது. எ-று.

யதார்த்தமாக ஜிவ்ஹாபந்தத்தினாலேயே மூலபந்தம் செய்யப்பட்டதாமென்று ஹடாகமத்தை யறிந்தவர் கூறுவர். (௪௫-௪௬-௪௭)

(அ-கை) இதுவும் மஹாயோகிகளுக்குச் சம்மதமாமென்பதை விளக்கும்பொருட்டுப், பதுமாசனத்தில் வேறு செய்கை பேதத்தையுங் கூறுகின்றார்.

க்ருத்வா ஸம்புடிதௌ கரௌ த்ருடதரம் பத்த்வா து பத்மாஸநம்
காடம் வக்ஷஸி ஸந்நிதாய சிபுகம் த்யாயம்ஶ்ச தச்சேதஸி ।
வாரம் வாரமபாநமூர்த்வமநிலம் ப்ரோத்ஸாரயன் பூரிதம்
ந்யஞ்சன் ப்ராணமுபைதி போதமதுலம் ஶக்திப்ரபாவாந்நர꞉ ॥ ௪௮ ॥

(இ-ள்) பதுமாசனத்தை மிகத்திடமாகச் சேர்த்துக், கைகளைச் சம்புடமாகச் செய்து மடியில் வைத்து, மார்பில் மோவாய்க்கட்டையைத் திடமாக நிறுத்தி (ஜாலந்தரபந்தம் செய்து), அதை(தனது இஷ்டதேவதையாகிய பிரமத்தை)ச் சித்தத்தில் தியானித்துக்கொண்டு அடிக்கடி அபானவாயுவை மேலெழுப்பி (மூலபந்தனம் செய்து), சுழுமுனைமார்க்கத்தால் பிராணனை மேற்கொண்டுபோய்ப் பூரகத்தால் உட்கொண்டபிராணனைக் கீட்செலுத்(பிராணாபான ஐக்கியம் செய்) தலால், புருஷன் கு

(†) இந்த ஜிவ்ஹாபந்தம் குருமுகமாக வறியத்தக்கதாம்.

(*) இதனால் மூலபந்தஞ் சொல்லப்பட்டது. இதுவும் குருமுகமாகவே யறியத்தக்கதாம்.

ண்டலிசக்தியின் பிரபாவத்தால் (சாமர்த்தியத்தால்) நிசாற்ற ஞானத்தை (*) அடைகிறான். எ-று

"ஓம் தத்ஸதிதி நிர்தேஸோ ப்ரஹ்மணஸ்த்ரிவித: ஸ்ம்ருத:-

பிரமத்திற்கு ஓம் தத் சத் என்று மூன்றுவிதமாகிய நிர்த்தேசம் (பெயர்) சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது" என்னும் பகவானது வாக்கியத்தால் தத்(அது) என்பதற்குப் பிரமமென்பது பொருள். மார்பில் மோவாய்க்கட்டையைத் திடமாக நிறுத்தி யென்பதற்கு மார்பிற்குச் சமீபத்தில் நான்கங்குலம் இடையுள்ளதாக மோவாய்க்கட்டையை நிறுத்தியென்று யோகிகளின் சம்பிரதாயத்தாலறியவேண்டும். பிராணுபான ஐக்கியத்தால் குண்டலினிசக்தி விழிக்கின்றது. குண்டலினிசக்தி விழிக்குங்கால் பிராணன் சுழுமுனைமார்க்கமாகப் பிரமாந்திரத்தை யடைகின்றது. பிரமாந்திரத்தை அடைந்தகாலத்து சித்தத்திற்கு ஸ்திரத்தன்மையுண்டாகின்றது. சித்தம் ஸ்திரமாகவே, சம்யமத்தால் ஆத்மசாக்ஷாத்காரம் உண்டாகின்றது என்பதுபொருள். சஅ

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹஸ்தௌ ப்ரஸார்ய ...

... ॥ சகூ ॥

(இ-ள்) பதுமாசனத்திலிருக்கும் எந்தயோகி (யோகாப்பியாசி) பூரகத்தாலுட்செலுத்திய வாயுவைச் சுழுமுனைமார்க்கத்தால் கபாலத்திற் கொண்டுபோய் ஸ்திரமாக்குகின்றானே, அவன் முக்தனாகின்றான். இதிற் சமுசயமில்லை. எ-று. (சகூ)

(*) இதை முக்தபதுமாசனமென்றும் பத்தபதுமாசனமென்றும் சிலர்கூறுவர்.

சிம்மாசனம்.

(அ-கை) சிம்மாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌗𑍁𑌲𑍍𑌫𑍌 𑌚 𑌵𑍃𑌷𑌣𑌸𑍍𑌯𑌾𑌧𑌃 𑌸𑍀𑌵𑌨𑍍𑌯𑌾𑌃 𑌪𑌾𑌰𑍍𑌶𑍍𑌵𑌯𑍋𑌃 𑌕𑍍𑌷𑌿𑌪𑍇𑌤𑍍 । 𑌦𑌕𑍍𑌷𑌿𑌣𑍇 𑌸𑌵𑍍𑌯𑌗𑍁𑌲𑍍𑌫𑌂 𑌤𑍁 𑌦𑌕𑍍𑌷𑌗𑍁𑌲𑍍𑌫𑌂 𑌤𑍁 𑌸𑌵𑍍𑌯𑌕𑍇 ॥ ॥௫0॥

(இ-ள்) பாடுகளிரண்டையும் பீஜத்திற்குக் கீழ்பாகத்தி லுள்ள நரம்பின் இருபக்கங்களினும் சேர்க்கவேண்டும். அதாவது வலதுபுறத்தி லிடதுபாட்டையும் இடதுபுறத்தில் வலதுபாட்டையும் சேர்க்கவேண்டும். எ-று. (௫0)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌹𑌸𑍍𑌤𑍌 𑌤𑍁 𑌜𑌾𑌨𑍍𑌵𑍋𑌃 𑌸𑌂𑌸𑍍𑌥𑌾𑌪𑍍𑌯 𑌸𑍍𑌵𑌾𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑍀𑌃 𑌸𑌂𑌪𑍍𑌰𑌸𑌾𑌰𑍍𑌯 𑌚 । 𑌵𑍍𑌯𑌾𑌤𑍍𑌤𑌵𑌕𑍍𑌤𑍍𑌰𑍋 𑌨𑌿𑌰𑍀𑌕𑍍𑌷𑍇𑌤 𑌨𑌾𑌸𑌾𑌗𑍍𑌰𑌂 𑌸𑍁𑌸𑌮𑌾𑌹𑌿𑌤𑌃 ॥ ॥ ௫௧ ॥

(இ-ள்) முழந்தாளின்பேரி லிரண்டு கைகளையும் நன்றாய்ப் பொருந்தும்படியாக வைத்துக், கைவிரல்களைச் செவ்வையாய் விரித்து, வாய் திறந்து நாக்கை நீட்டிக்கொண்டு, ஏகாக்கிர சித்தனாய் நாசி நுனியைப் பார்த்திருக்கவேண்டும். எ-று. (௫௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌸𑌿𑌂𑌹𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌭𑌵𑍇𑌦𑍇𑌤𑌤𑍍 𑌪𑍂𑌜𑌿𑌤𑌂 𑌯𑍋𑌗𑌿𑌪𑍁𑌙𑍍𑌗𑌵𑍈𑌃 । 𑌬𑌨𑍍𑌧𑌤𑍍𑌰𑌿𑌤𑌯𑌸𑌨𑍍𑌧𑌾𑌨𑌂 𑌕𑍁𑌰𑍁𑌤𑍇 𑌚𑌾𑌸𑌨𑍋𑌤𑍍𑌤𑌮𑌮𑍍 ॥ ॥ ௫௨ ॥

(இ-ள்) யோகசிரேஷ்டர்களால் பூஜிக்கப்பட்டதும், சொல்லப்பட்ட ஆசனங்களெல்லாவற்றினும் சிரேஷ்டமானதுமாகிய இது சிம்மாசனமாம். இது மூன்று பந்தங்களையும் சமஸ்திதியாக்குகின்றது. எ-று. (௫௨)

பத்திராசனம்.

(அ-கை) பத்திராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

குல்பௌ ச வ்ருஷணஸ்யாத: ஸீவந்யா: பார்ஶ்வயோ:
க்ஷிபேத் । ஸவ்யகுல்பம் ததா ஸவ்யே தக்ஷகுல்பம்
து தக்ஷிணே ‖ ‖ ௫௩ ‖

(இ-ள்) பீஜத்தின் கீழ்ப்பாகமாகிய நாம்பினிருபக்கங்களிலும் காற்பரடுகளைச் சேர்க்கவேண்டும். அதாவது இடதுபுறத்தில் இடதுபரட்டையும் வலதுபுறத்தில் வலதுபரட்டையும் சேர்க்கவேண்டும். எ-று. (௫௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

பார்ஶ்வபாதௌ ச பாணிப்யாம் த்ருடம் பத்த்வா ஸுநிஶ்
சலம் । பத்ராஸநம் பவேதேதத் ஸர்வவ்யாதிவிநாஶ
நம் ‖ ‖ ௫௪ ‖

கோரக்ஷாஸநமித்யாஹு: இதம் வை ஸித்தயோகி
ந: ‖ ‖ ௫௪ ௨ ‖

(இ-ள்) இருபக்கங்களின் (பாரிசங்களின்) சமீபத்திலுள்ள இரண்டுபாதங்களையும் இரண்டு கைகளாற் பலமாகச்சேர்த்து (ஒன்றோடொன்று நெருங்கியவிரல்களுடையதும் வயிற்றோடொட்டியதுமாகிய கைகளாற்கட்டி)க்கொண்டு இருக்கவேண்டும். இது சகலவியாதிகளையும் நாசஞ்செய்யும் பத்திராசனமாம். சித்தர்களாகிய யோகிகள் இந்த பத்திராசனத்தைக் (*)கோரக்ஷாசனமென்று கூறுவர்.

(*) இந்நூலிற் சொல்லப்படாதனவாய் உருத்திரயாமளம் ஹடரத்நாவளிமுதலியவற்றிற் கூறப்பட்டுள்ள சில ஆசனங்கள் வருமாறு:—

பெரும்பாலும் கோரக்கரால் அப்பியசிக்கப்பட்டமையால் இதைக் கோரக்காசனமென்று கூறுவர். (௫௪, ௫)

(௧) வல்லரி:—சமமாகப் பதுமாசனத்திலிருந்து கொண்டு, அப்பாதங்களையும் தொடையையும் ஒட்டி முழங்கைகளைவைத்து, இரண்டுகைகளையும் கோர்த்துச் சிரசின்பேரில்வைத்து, மோவாய்க்கட்டையை மார்பில் பொருந்தச்சேர்த்து, வாயுவை நிரோதித்து, ஏகாக்கிரசித்தமாயிருக்கவேண்டும். இதுவல்லரியாசனம்.

எப்போது சரீரத்திலுதிரமுதித்து மிகுந்ததாகவும் வாயுகீழ்ச் செல்லுதலுமுண்டாகின்றதோ, அப்போது விவேகிகள் மெல்ல இவ்வாசனத்தை விடவேண்டும். இது மிகவுக்கிரமான சுரத்தைக் கெடுக்கும். உண்ட அன்னங்களை ஜீரணிப்பித்து ஜடராக்கினியை விருத்தி செய்யும்.

(௨) விருச்சிகம்:— இரண்டு கைகளையும் பூமியிலூன்றி, இரண்டு முழங்கைகளையும் விலாப்பக்கத்திற் சேர்த்து, மோவாய்க்கட்டையைக் கீழேவைத்து. தேளின் கொடுக்குப்போன்றதாக இரண்டு பாதங்களையும் சிரசின்பேரில் வைத்தல், விருச்சிகாசனமாம்.

(௩) குப்ஜிகம்:— பாதங்களை மூலத்தில் மாறிவைத்து கிரியக்கைப்போலக் கொஞ்சங்குனிந்து முழங்காலில் தலையை வைத்துக்கொண்டிருத்தல், குப்ஜிகாசனம். இது அக்கினியை விருத்திசெய்யும்.

(௪) பாரிசுவோபாதாசனம்:— சமானபூமியில் படுத்துக்கொண்டு, இரண்டுகைகளையும் இரண்டுவிலாக்களினிடையாகிய முதுகிற்சேர்த்து, ஒன்றை யொன்றுற் செவ்வையாய்ப்பிடித்துக் கொண்டிருத்தல், பாரிசுவோபாதாசனமெனப்படும்.

(௫) யோகாசனம்:— முழங்காலுக்குக்கீழ் யோகபட்டையைச் சேர்த்து, இரண்டுபாதங்களையும் பூமியில்வைத்து, இரண்டு முழங்கைகளையும் தொடைகளுக்கு மத்தியில்வைத்து இரண்டு கைகளையும் கன்னத்திற் சேர்த்திருத்தல், யோகாசனமெனப்படும். குதத்தைக் காலினால் அழுத்தி நேராக நிமிர்ந்திருத்தலையும், யோகாசனமென்று கூறுவர்.

(௬) கபாலாசனம்:— தலைகீழாயிருத்தலாகிய விபரீதகரணியைக்கபாலாசனமென்றும், அதோமுகாசனமென்றும், சுகாசனமென்றுங் கூறுவர். இக்கபாலாசனத்தால் சிரமம் நீங்கும். அதனையே மேலும் மேலும் செய்தலால், விஷயத்தினாலுண்டாகும் சிரமம் நீங்குகின்றது.

(அ-கை) ஆசனங்களிருந்துகொண்டு செய்யவேண்டிய தைக்கூறுகின்றார்.

(எ) டிட்டிபாசனம்:— கைகளையூன்றி, இரண்டு பாதங்களையும் சிரசின்பேரில் வைத்துப் பின்பாகத்தை யுயர்த்துதல், டிட்டிபாசனம்.

(அ) பூர்வதானுசனம்:— கால்விரல்களை மடித்துப் பூமியிலூன்றிக், கடிதடங்களைப் பரடுகளில் வைத்துச், சிரசைக்கைகளாலும் இடையை முழங்கைகளாலும் அழுந்தப்பிடித்துக்கொண்டு இடுப்பு நிமிர்ந்திருத்தல், பூர்வதானுசனம்.

(கூ) அர்ப்பகாசனம்:— இரண்டுபாதங்களையும் பூமியில் வைத்துக் கடிதடங்களைப் பூமியில் வைத்தாவது, வைக்காமலாவது, முழந்தாள்களின்பேரில் சிரசைவைத்து, முழந்தாள்களை இரண்டுகைகளாலும் சுற்றிப்பிடித்துக்கொண்டிருத்தல், அர்ப்பகாசனம்.

(க0) காமதகனாசனம்:— நுனிவிரல்களைப் பூமியிலூன்றி, முழந்தாள்களைக் கீழூன்றாமல் குதிகளை யோனியிற் பொருத்தி, ஹம்ஸதண்டத்தின்பேரில் கைகளையூன்றிப் புருவநடுவை பார்த்திருத்தல் காமதகனாசனம்.

(கக) கேசரியாசனம்:— பீஜத்தின் கீழ்ச்சிவனியிடத்துப் பரட்டைவைத்து, முழங்கையை முழந்தாளில்வைத்து, அங்குலியை விரித்து நாசியைப்பார்த்திருத்தல் கேசரியாசனம்.

(கஉ) சோபாசிரயாசனம்:— யோகப்பட்டை சேர்த்திருத்தல் சோபாசிரயாசனம்.

(கூ) பரியங்காசனம்:— பச்சிமதானவாசனத்தைப் பரியங்கமென்பதோடு முழந்தாள்களில் கைகளை நீட்டிச்சயனித்தலையும், பரியங்காசனமென்பர். சிலர் வீராசனத்தைப் பரியங்காசனமென்றுங் கூறுவர்.

(கச) பத்தாசனம்:—பிருஷ்டத்தில் இரண்டு பாதங்களையும் வைத்துப், பிடரியில் இரண்டுகைகளையும் வைத்துக், காயத்தைச்சுருக்கிப்பிடித்தல், பத்தாசனமாம்.

(கரு) லௌல்யாசனம்:— குக்குடாசனத்திலிருந்து தலையைக்கீழேசாய்த்தல், லௌல்யாசனம். இது சரீரத்திற்கு சீதளத்தையும் குண்டலியின் விழிப்பையுந்தரும்.

[illegible] ।
[illegible] ॥

(கசு) **பத்தயோனியாசனம்:—** இலிங்கமென்னும் குஹ்யமுதலியவற்றைப் பந்தித்தலாகிய யோனியாசனத்தைச்செய்து, உதடுகளைச் சுண்டுவிரல்களாலும், நாசித்துவாரங்களை மோதிரவிரல்களாலும், நேத்திரங்களை நடுவிரல்களாலும், காதுகளைச் சுட்டுவிரல்களாலும் மூடுதல், பத்தயோனியாசனம்.

(கஎ) **பேகனசனம்:—** இரண்டுபாதங்களையும் தோளின்பேரில் வைத்து, அப்பாதங்களின்மேல் இரண்டுகைகளையும் வைத்திருத்தல், பேகனசனம்.

(கஅ) **மகாபேகாசனம்:—** சர்வாங்கங்களையும் ஆகாயத்தில் உயர்த்துதலாகிய கேசராசனம், மகாபேகாசனமெனப்படும்.

(கக) **பிராணசனம்:—** ஒருபாதத்தைத் தொடையிலும் மற்றப் பாதத்தைத் தோளிலுமாகச் சேர்த்திருத்தல், பிராணசனம். இதுசகல சித்திகளையும் தரும்.

(உ௦) **அபானசனம்:—**மூலத்தினின்றும் வாயுவை யெழுப்பிப் பரவச்செய்து, பிரயத்தினத்தால் ஒருபாதத்தைத் தோளில்வைத்து, மற்றொருபாதத்தால் நிற்றல், அபானசனம். இது சர்வபூரகங்களுக்கும் ஆசிரயமாம்.

(உக) **சமானசனம்:—**ஒரு பாதத்தைத் தொடையில்வைத்து, மற்றப் பாதத்தைக் குஹ்யமாகிய இலிங்கத்துவாரத்திற் சேர்த்தல், சமானசனமாம்.

(உஉ) **பைரவாசனம்:—** கரங்களிரண்டையும் ஒன்றோடொன்று சேர்த்து நேராகநிமிர்ந்து, முழந்தாள்களுக்குப் பக்கத்தில் இரண்டுகைகளையும் தண்டம்போல் வைத்திருத்தல், பைரவாசனம்.

(உ௩) **மண்டூகாசனம்:—** கரங்களிரண்டினாலும் பிருஷ்டத்தைச் செவ்வையாயழுத்தி முழந்தாள்களை எதிர்வலையவடிவமாய் வைத்துக், கைகளைப் பாதங்களில் வைத்திருத்தல், மண்டூகாசனம்.

(உச) **மர்க்கடாசனம்:—** கைகளாற் பாதங்களைச் செவ்வையாக

(இ-ள்) இப்படி ஆசனங்களிலிருந்து சிரமநீங்கிய யோகேந்திரன் நாடிகளின் சுத்தியையும், "ஹ்ருணமோசநிகளபாவ நிவெளுயதிதம்" என்று (இரண்டாமுபதேசத்தின் ம-வது சு லோகத்திற்) சொல்லப்படும் முத்திரையை ஆதியாகவுடைய சூரியபேதமுதலிய பிராணவாயுக்களின் கிரியைகளை (பிராணாயாமத்தை)யும் அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று. (ருருஉ)

மூத்திப், பாதமத்தியில் சிரசை விற்போல் வைத்து, அங்குஷ்டங்களைத் திடமாகப் பிடித்துக் கொண்டிருத்தல், மர்க்கடாசனம்.

(உரு) ஏகபாதவாசனம்:— ஒரு பாதத்தை நீட்டி, மற்றப்பாதத்தைக் கழுத்தின்பேரில் வைத்து, இரண்டுகைகளையும் கோர்த்து, அதின் மேல் வைத்துக்கொண்டிருத்தல், ஏகபாதவாசனம்.

(உசு) பணீந்திராசனம்:— இரண்டு கால்களையும் சுற்றிக்கொண்டு இரண்டு கைகளில் நிற்றல், பணீந்திராசனம்.

(உஎ) யோகநித்திராசனம்:— கால்களால் கழுத்தைச் சுற்றிக், கைகளைப் பின்புறம் கட்டிக்கொண்டு சயனித்தல், சுகத்தைத்தரும் யோக நித்திராசனமாம்.

(உஅ) சுகாசனம்:— எப்படியிருந்தால் ஸ்திரமும் சுகமு முண்டாகுமோ, அப்படியிருத்தல் சுகாசனம். இதை அசக்தன் ஆசிரயிக்கவேண்டுமென்று தரிசனோபநிஷத்திலும் சூதசங்கிதையிலும் சொல்லியிருக்கின்றது.

(உகூ) தண்டாசனம்:—உட்கார்ந்து விரல்களையும் பரடுகளையுஞ்சேர்த்துத் தொடை கணைக்கால் பாதமென்பவைகளைப் பூமியிற் பொருந்த நீட்டித், தண்டத்தைப்போற் சயனித்தல், தண்டாசனம்.

(௩0) சக்கிராசனம்:— வலதுகாற்பரட்டில் இடதுதொடையையும் இடதுபரட்டில் வலதுதொடையையும் வைத்து உடல்நிமிர்த்திருத்தல், வராகோபநிஷத்திற் கூறிய சக்கிராசனமாம்.

(௩க) அர்த்தாசனம்:— வீராசனமே ருத்திரயாமளைதையில் அர்த்தாசனமென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(௩உ) உத்கடாசனம்:— இதை இந்நூலில் பஸ்திகர்மங் கூறியவிடத்துக் காண்க.

(அ-ரை) ஹடாப்பியாசத்தின் கிரமத்தையும், ஹடசித்தியின் அவதி (எல்லை) யையும் கூறுகின்றார்.

ஆஸநம் கும்பகம் சித்ரம் முத்ராக்யம் கரணந்ததா ‖ ௫௬ ‖

அத நாதாநுஸந்தாநமப்யாஸாநுக்ரமோ ஹடே |
ப்ரஹ்மசாரீ மிதாஹாரீ த்யாகீ யோகபராயண: | அ
ப்தாதூர்த்வம் பவேத்ஸித்தோ நாத்ர கார்யா விசாரணா ‖

(இ-ள்) முற்கூறிய ஆசனம், சித்திரமென்னும் நானாவித கும்பகம், முத்திரையென்னும் மகாமுத்திரைமுதலியகரணம் அதன்பின் நாதானுசந்தானம் என்னுமிவை, ஹடயோகாப்பியாசத்தின் முன்பின் கிரமங்களாம் (ஒழுங்காம்). பிரமசாரியும், மிதாகாரியும், (வரையறையான ஆகாரமுடையவனும்), தியாகியு (தானசீலன் அல்லது விஷயப்பரித்தியாகமுள்ளவனு) மாகிய

([illegible]) பர்வதாசனம்:— மலைபோலசையாதிருத்தல், பர்வதாசனம்.

இப்படியே பாதபீடாசனம், கிராலம்பம், கிரௌஞ்சநிஷதனம், ஹம்ஸநிஷதனம், உஷ்டிரநிஷதனம், பாதபந்தம், சமஜாநு, ஏகஜாநு, விஆனனம், விசித்திரகரணி, கார்முகம், பிண்டமயூரம், அர்த்தசந்திரகம், தார்க்ஷியம், சூலம், கட்கம், முத்கரம், மகரம், திரிபதம், காஷ்டம், தாணு, ஹம்ஸிகர்ணிகம், பீமம், சர்வதோபத்திரம் எனஅநேக ஆசனங்களின் பெயர்கள் மாத்திரம் சாஸ்திரங்களிற் காணப்படுகின்றன. முற்கூறிய ஆசனங்களை அப்பியசிக்குங்கால் ஒரு ஆசனத்திலிருந்து வேறு ஆசனத்தை யாரம்பிக்கவேண்டும். ஒருஆசனத்தையே மாறுவதால், அது இரண்டாசனமாகின்றது. ஆசனங்களுள் சில தேகவியாதிகளை நீக்குவனவாயும், சில பிராணனைச் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செலுத்துவனவாயுமிருக்கின்றன.

ஆசனம் எவனால்ஜெயிக்கப்படுகின்றதோ, அவனால் மூன்றுலகமும் ஜெயிக்கப்படுமென்பது தரிசனோபநிஷத்தும் திரிசிகியுபநிஷத்துமாம்.

யோகபாராயணன் (யோகாப்பியாசபரன்), ஒருவருஷத்திற்மேல் ஹடசித்தியை யடைகிருன். இதில் (முற்கூறியதில்) விசாரணை ஆகுமா ஆகாதாவென்னும் சமுசயத்தோடு கூடியதன்மை) செயயத்தக்கதன்று (இது ஆகுதல் நிச்சயமே). எ-று. (௫௭)

(அ-கை.) முற்சுலோகத்தில் மிதாகாரியென்று சொல்லப்பட்டது. அதில் யோகிகளின் மிதாகாரம் எப்படிப்பட்டதென்று கேட்குமிடத்துக் கூறுகின்ருர்.

𑌸𑍁𑌸𑍍𑌨𑌿𑌗𑍍𑌧𑌮𑌧𑍁𑌰𑌾𑌹𑌾𑌰𑌶𑍍𑌚𑌤𑍁𑌰𑍍𑌥𑌾𑌂𑌶𑌵𑌿𑌵𑌰𑍍𑌜𑌿𑌤𑌃 ।
𑌭𑍁𑌜𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌶𑌿𑌵𑌸𑌂𑌪𑍍𑌰𑍀𑌤𑍍𑌯𑍈 𑌮𑌿𑌤𑌾𑌹𑌾𑌰𑌸𑍍𑌸 𑌉𑌚𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥

(இ-ள்) மிகமிருதுவாயும் மதுரமாயுமுள்ள ஆகாரம், நான்காவது பாகந்தள்ளப்பட்டதாய் சிவப்பிரீதியாகப் புசிக்கப்படும். அது மிதாகாரமென்று சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

நான்காவதுபாகம் தள்ளப்பட்டதாமென்பது அபியுக்தமென்னு நூலில் "𑌅𑌨𑍍𑌨𑍇𑌨 𑌪𑍂𑌰𑌯𑍇𑌦𑌰𑍍𑌧𑌂 𑌤𑍋𑌯𑍇𑌨 𑌤𑍁 𑌤𑍃𑌤𑍀𑌯𑌕𑌂 । 𑌵𑌾𑌯𑍋𑌃 𑌸𑌂𑌚𑌰𑌣𑌾𑌰𑍍𑌥𑌾𑌯 𑌚𑌤𑍁𑌰𑍍𑌥𑌮𑌵𑌶𑍇𑌷𑌯𑍇𑌤𑍍 ॥ இரண்டுபாகங்கள் அன்னத்தினுலும் ஒருபாகம் ஜலத்தினுலும் நிரைக்கப்பட்டு, நான்காவது பாகம் வாயு சஞ்சரிக்கும்பொருட்டு மிஞ்சியிருக்கவேண்டும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சிவனென்பது ஜீவன் அல்லது "𑌭𑍋𑌕𑍍𑌤𑌾 𑌦𑍇𑌵𑍋 𑌮𑌹𑍇𑌶𑍍𑌵𑌰𑌃 ॥ போக்தா (அனுபவிப்போன்) தேவனுகிய மகேசுவரன்" என்னும் வாக்கியத்தால் ஈசுவரனுவன். (௫௮)

அபத்தியம்.

(அ-கை) யோகிகளுக்கு அபத்தியத்தைக் கூறுகின்ருர்.

𑌕𑌟𑍍𑌵𑌾𑌮𑍍𑌲𑌤𑍀𑌕𑍍𑌷𑍍𑌣𑌲𑌵𑌣𑍋𑌷𑍍𑌣𑌹𑌰𑍀𑌤𑌶𑌾𑌕𑌸𑍌𑌵𑍀𑌰𑌤𑍈
𑌲𑌤𑌿𑌲𑌸𑌰𑍍𑌷𑌪𑌮𑌦𑍍𑌯𑌮𑌤𑍍𑌸𑍍𑌯𑌾𑌨𑍍 । 𑌆𑌜𑌾𑌦𑌿𑌮𑌾𑌂𑌸𑌦𑌧𑌿𑌤𑌕𑍍𑌰
𑌕𑍁𑌲𑌤𑍍𑌥𑌕𑍋𑌲𑌪𑌿𑌣𑍍𑌯𑌾𑌕𑌹𑌿𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑌶𑍁𑌨𑌾𑌦𑍍𑌯𑌮𑌪𑌥𑍍𑌯𑌮𑌾
𑌹𑍁𑌃 ॥ ॥ ௫௯ ॥

(இ-ள்) கைப்பு (பாகல்முதலியன), புளிப்பு (புளிமுதலியன), உறைப்பு (மிளகாய்முதலியன), உப்பு, உஷ்ணம் (வெல்லமுதலியன), கீரை, காடி, தைலம் (எள் கடுகுமுதலியவற்றின் நெய்), எள், கடுகு, கள், மீன், ஆடுமுதலியவற்றின் மாமிசம், தயிர், மோர், கொள்ளு, இலந்தைப்பழம், பிண்ணாக்கு, பெருங்காயம், வெள்ளைப்பூடு முதலியவற்றை யோகிகளுக்கு (*) அபத்தியமென்று கூறுவர். எ-று.

ஆடுமுதலியவற்றின் என்பதிலுள்ள முதலிய வெனுஞ் சொல்லால் பன்றி முதலியவற்றின் மாமிசங்களும் கொள்ளப்படும். வெள்ளைப்பூடு முதலியவற்றை யென்பதிலுள்ள முதலியவெனுஞ்சொல்லால் வெண்காயமும், மதத்தை யுண்டுபண்ணும் திரவியங்களாகிய உளுந்தன்னமுதலியவைகளும் கொள்ளப்படும். (௫௯).

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible]
[illegible] ॥
॥ ௬௦ ॥

(இ-ள்) மறுபடியுஞ் சுடவைத்த (பருப்பு அன்னம் ரொட்டிமுதலிய)வைகளும், நெய்முதலியவையில்லாதவைகளும், அதிகஉப்புள்ளதும், புளிப்புத்திரவியங்களோடு கூடியதும் நீர்த்த அன்னமும், (நிந்திக்கப்பட்டவற்றிற்குக்கியமாகிய சோளம் வரகு முதலிய) தானியங்களும், உறைப்புள்ளது (மிகாரமுள்ள மிளகாய் முதலியவு)மாகிய இவைகள் தள்ளத்தக்கனவாம். எ-று.

---

* "யோகவிக்கினத்தைச் செய்யும் ஆகாரங்களாகிய உப்பு, கடுகு, புளி, உஷ்ணமானது, நெய்முதலியவில்லாதது, உறைப்புள்ளது, காய் கீரையாதிகள், பெருங்காய முதலியன வெனுமிவற்றை யோகாப்பியாசி விலக்கவேண்டும். பிராதஸ்நானம் உபவாசமுதலிய காயக்கிலேச வியவகாரங்களையும் விலக்கவேண்டும்" என்று யோகதத்துவோபநிஷத்திலும் கூறியிருக்கின்றது.

அதிக உப்புள்ளது என்றதனால் உப்பு எதிலதிகமாயிருக்கின்றதோ அது; அல்லது உப்பையதிகரித்த எவக்ஷாரமுதலியனவாம். இதில் உப்பு முற்றிலும் தள்ளத்தக்கதாயிப்பதால், இரண்டாம்பக்ஷம் நன்று. (*) அப்படியே தத்தாத்திரேயரால் "அத வர்ஜ்யாநி வக்ஷ்யாமி யோகவிக்நகராணி ச | லவணம் ஸர்ஷபம் சாம்லம் உஷ்ணம் ரூக்ஷம் ச தீக்ஷ்ணகம் | அதீவ போஜநம் த்யாஜ்யம் நிசாஜாகரபாஷணம் ‖ இனியோகவிக்கினத்தைச்செய்வனவாகிய தள்ளத்தக்கவைகளைச்சொல்லுகின்றேன். அதாவது உப்பு, கடுகு, புளி, மிகுந்த உறைப்பு, நெய்யில்லாதவைகள், அதிகபோஜனம், அதிகநித்திரை, அதிகபேச்சு என்பவைகள் தள்ளத்தக்கனவாம்" என்றும், ஸ்கந்தபுராணத்தில் "த்யஜேத் கட்வம்லலவணம் க்ஷீரபோஜீ ஸதா பவேத் ‖ கசப்புப்புளிப்புஉப்பு என்பவற்றைவிட்டு, எப்போதும் பால் போஜனமுடையவனாகவேண்டும்" என்றும்சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. புளிப்புத்திரவியத்தோடு கூடியதும் தள்ளத்தக்கதாமெனின் புளியைப்பற்றிக் கேட்பானேன். இங்கே மூன்றுவதுபாதத்தை (அடியை) "மாம்ஸம் வா திலபிண்யாகம் (மாமிசமல்லது பிண்ணாக்கு) என்னும் பாடமாகச் சிலர்கூறுவர். வர்ஜியமென்பதற்கு துஷ்டமென்னும் பாடத்தைக்கொள்ளும்பக்ஷத்தில் ஊசிய அன்னமுதலியவைகள் அபத்தியமென்று சேர்க்கவேண்டும்.

(அ-கை) இப்படியே யோகிகளாலெப்போதும் தள்ளத்தக்கவற்றைக்கூறி, இனிஅப்பியாசகாலத்தில் தள்ளத்தக்கவைகளையும், அதில் பிரமாணமாயுள்ள கோரக்கநாதருடைய வசனத்தையும் கூறுகின்றார்.

வஹ்நிஸ்த்ரீபதிஸேவாநாமாதௌ வர்ஜநமாசரேத் ‖ ௬௧

---

* அதிகவுப்புள்ளது என்றமையால் அவசியமானாற் சிறிது உப்புஞ் சேர்த்துக்கொள்ளலாமென்பது சிலர் கொள்கை.

ததாஹி கோரக்ஷவசநம் ॥ "வர்ஜயேத் துர்ஜநப்ராந்தம்
வஹ்நிஸ்த்ரீபதிஸேவநம் । ப்ராத:ஸ்நாநோபவாஸாதி
காயக்லேஶவிதிம் ததா ॥ ॥ ௬௧ ॥

(இ-ள்) நெருப்புக்காய்தல், பெண்ணைக்கூடுதல், தீர்த்தயாத்திரை போதலாதிவழிநடப்புமுதலியவற்றின் நீக்கத்தை ஆதியில் (அப்பியாசகாலத்தில்) ஆசரிக்கவேண்டும். அதாவது இவற்றை நீக்கிவைக்கவேண்டும். அப்படியே கோரக்கரது வாக்கியமுமிருக்கின்றது:— துர்ஜனசகவாசமும், நெருப்புக்காய்தலும், ஸ்திரீ சங்கமும், வழிநடப்பும், [பிரதமாப்பியாசிகளுக்குச் சீத (குளிர்) விகாரத்தை யுண்டுபண்ணுவதாயிருத்தலால்] பிராதக் கால ஸ்நானமும், (பித்தமுதலியவற்றை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால்); உபவாசமுதலியவைகளும், (அநேக சூரியநமஸ்காரஞ் செய்தல் மிகுந்தபாரங்களைச்சுமத்தலென்னும்) காயக்கிலேசத்தைத்தரும் விதி (கிரியை) களும் தள்ளத்தக்கனவாம்". எ-று.

அப்பியாசஞ் சித்தித்தபின் ஒருக்கால் குளிரில் நெருப்புக்காய்தலும், கிரகஸ்தன் ருதுகாலத்தில் தனதுமனைவியோடு கூடுதலும், தீர்த்தயாத்திரையில் வழிநடத்தலும் நிஷேதிக்கப்படவில்லை யென்பது, ஆதியிலென்னும் பதத்தால் குறிப்பிக்கப்பட்டது. (௬௧)

பத்தியம்.

(அ-கை) இனி யோகிகளுக்குப் பத்தியத்தைக் கூறுகின்றார்.

கோதூமஶாலியவஷாஷ்டிகஶோபநாந்நம் க்ஷீரா
ஜ்யகண்டநவநீதஸிதாமதூநி । ஶுண்டீபடோலகபலா
திகபஞ்சஶாகம் முத்காதிதிவ்யமுதகஞ்ச யமீந்த்ரப
த்யம் ॥ ॥ ௬௨ ॥

(இ-ள்.) (*) கோதுமை, சாலி (நெல்), யவம் (வாற்கோதுமை), அறுபதுநாளிற்பயிராகும் (குறுவைமுதலிய) தானியங்களென்னுமிவற்றின் சோபனமாகிய அன்னம், பால், நெய், சர்க்கரை, வெண்ணெய், கற்கண்டு, தேன், சுக்கு, பேய்ப்புடல், பஞ்சசாகம், பாசிப்பயறு முதலியன, தோஷமில்லாதஜலமென்னுமிவைகள் இயமத்தையுடையவர்களாகிய யோகிந்திரர்களுக்குப் பத்தியமாம். எ-று.

[illegible]

[illegible]

(*) "கோதுமை, பாசிப்பயறு, நெல் என்பவற்றின் அன்னம் யோகவிருத்தியைச்செய்வதாமென்றறிவர்" என்று யோகதத்துவோபநிஷத்திற் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. அப்பியாசகாலத்தில் முதலில் பாலும் நெய்யும் புசித்தல் நலம். மிதமாய்ப்பாலும் நெய்யும் சாப்பிடுதலால், மலசுத்தியும் மூலபந்தத்தில் சக்தியும் திருப்தியும் பலமுமுண்டாம். பாலில் நீர் கலந்துகாய்ச்சிக் கற்கண்டுசேர்த்துப் பக்குவமாயும் மிதமாயும் கொள்ளவேண்டும். தனிப்பால் கொள்ளலாகாது. அப்படிக்கில்லையாயின், கற்கண்டு சேர்க்காமல் பாலைமாத்திரம் காய்ச்சிச் சாப்பிடலாம். பசுநெய்யாலாகிய அவிசன்னத்தைச் சாப்பிட்டுக்கொண்டு, எப்போதும் அப்பியாசத்தைச் செய்யவேண்டும். இப்படி உண்மையாய்ச் செய்துவந்தால், எட்டாவது நாளில் மலசுத்தியுண்டாம். பாலும் நெய்யுமகப்படாதபோது, அரிசி பச்சை (பாசி)ப் பயறு முதலியவற்றின் அன்னாதிகளைச் சேர்த்துக்கொள்க.

கும்பகவிருத்தியை யனுசரித்து, மெல்ல மெல்ல ஆகாரத்தைக் குறைப்பது உசிதம்; முதலிற் குறைப்பது உசிதமன்று. அப்பியாசத்தில் கும்பகம் விருத்தியாதலால், கும்பகத்தாலுண்டாகிய அக்கினியாற் கிரமமாக ஜெயிக்கப்பட்ட வாயுவின்வேகத்தினால் அக்கினி ஜெயிக்கப்படுகின்றது. அதனால் எவ்வளவுக்கெவ்வளவு கும்பகம் விருத்தியாகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு ஆகாரத்தைக் குறைத்தல், சாதகனுக்கு யோகாநுசாரமாக அநுகூலமும், ஆரோக்கியம் உற்சாகம் பலம் தேஜசுமுதலியவற்றைத்தருவதுமாகின்றது. ஆகையால் முதலிற் குறைக்கலாகாதென்பது சநாதனசித்தாந்த முதலிய நூல்களின் கருத்து.

யோகியானவன் கிருஷ்ணபக்ஷத்தில் கலைகிரமமாக ஆகாரத்தைக்

ந்தில்), சக்கிரவர்த்திக்கீரை, பொன்னாங்காணி, சிறுகீரை, வெள்ளைச்சாரணையென்னும் பஞ்சசாகங்களும் விரும்பத்தக்கனவாம். மற்றெல்லாக்கீரைகளும் விரும்பத்தக்கனவாகா" என்றுவைத்தியசாஸ்திரத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பாசிப்பயறு முதலியவென்பதிலுள்ள முதலியவெனுஞ் சொல்லால் துவரையுங் கொள்ளப்படும். (௬௨)

போஜனநியமம்.

(அ-கை) இனி யோகிகளின் போஜனநியமத்தைக் கூறுகின்றார்.

[illegible]
[illegible]
வேத || || ௬௧ ||

(இ-ள்) தேகத்திற்குப் புஷ்டியைத்தருவனவும், (சர்க்கரைமுதலியவற்றோடுகூடிய) மதுரமுள்ளனவும், மிருதுவுள்ள

குறைக்கவேண்டும். சுக்கிலபக்ஷத்துச் சந்திரனைப்போல கும்பகத்தை விருத்திசெய்யவேண்டுமென்பது மற்றொருவர் கருத்து. எப்போதும் அப்பியாசிகள் எத்தவுபாயத்தினாலாவது முயற்சித்துப் பித்தம் தேகத்தில் அதிகரிக்காமற் பாதுகாக்கவேண்டும். வாயு சூரியனிற் பிரவேசிக்குங்கால் அசனமு (உணவு) ம் சந்திரப்பிரவேசமாகுங்கால் சயன ஜலபானங்களும் செய்தல் உசிதம்.

ஆகாரசுத்தியால் சத்துவ (சித்த)சுத்தியுண்டாகுமென்னும் சுருதியினாலும், மிதாகாரம் யோகத்திற்கு அங்கமாயிருத்தலாலும் யோகிகள் பத்தியமும் மிதமுமான ஆகாரத்தையே கொள்ளவேண்டும். இப்படியே மற்ற யோகாப்பியாசத்திற்கு இதமும் பத்தியமுமாயுள்ளவற்றைத் தமது புத்தியால் விசாரித்துக் காண்க. உடலைப் பிரியத்தோடு வளர்க்கலாகாது. காணத்தை யதிகமாய்ப் பீடிக்கலாகாது. அளவான ஆகாரமும் அளவான நித்திரையு மிருக்கவேண்டும். அசனபானக்கிரியை சுகத்தைத் தருவதாகவின் அது யோகத்திற்குச் சிறிதும் விக்கினமாகாது. இஃதொன்றே ஆரியசிரேஷ்டர்களால் அனுஷ்டிக்கத்தக்கது மற்ற மனக்கிலேசத்தையும் வியாதியையும் உண்டுபண்ணுங் கிரியைகள் தள்ளத்தக்கனவாம்.

ளவும் (நெய்யோடுகூடினவும்), பசும்பால் முதலியவற்றோடுகூடியனவும், (லட்டுமுதலிய) மனதிற்குப் பிரியமுள்ளவைகளும், தாதுவைப்போஷிப்பனவும், யோக்கியமானவைகளுமாயிருக்கும் போஜனமே யோகிகள் புசிக்கவேண்டியதாம். எ-று.

மனதிற்குப் பிரியமுள்ளனவும் புஷ்டியைத்தருவனவுமாயிருப்பவைகளிலும் அபத்தியமானவை சாப்பிடத்தக்கவைகளன்றென்பார், யோக்கியமானவைகளு மென்றார். சத்துமா (பொரிமா) முதலியவற்றால் நிர்வாகம் செய்யலாகாதென்பது தாற்பரியம். (௬௩)

(அ-கை) யோகாப்பியாசிகளுக்கு வயதின்விசேஷம், ஆரோக்கியமுதலியவற்றின் அபேக்ஷை இல்லையெனக் கூறுகின்றார்.

𑌯𑍁𑌵𑌾 𑌵𑍃𑌦𑍍𑌧𑍋𑌽𑌤𑌿𑌵𑍃𑌦𑍍𑌧𑍋 𑌵𑌾 𑌵𑍍𑌯𑌾𑌧𑌿𑌤𑍋 𑌦𑍁𑌰𑍍𑌬
𑌲𑍋𑌽𑌪𑌿 𑌵𑌾 । 𑌅𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌾𑌤𑍍𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌮𑌾𑌪𑍍𑌨𑍋𑌤𑌿 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌯𑍋𑌗𑍇
𑌷𑍍𑌵𑌤𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌿𑌤𑌃 ॥ ॥ ௬௪ ॥

(இ-ள்) தருணனாயினும், விருத்தனாயினும், அதிவிருத்தனாயினும், வியாதியுடையவனாயினும், துர்ப்பலமுடையவனாயினும், அவன் சர்வயோகங்களிலும் (யோகாங்கங்களிலும்) சோம்பலில்லாதவனாய் அப்பியசித்தலால், சித்தியை (சமாதியையு மதன் பலத்தையும்) அடைகிறான்.

ஜீவனத்திற்குச் சாதனமாகிய உழவுவியாபாரமுதலியவற்றில் ஜீவனமென்னுஞ்சொல் பிரயோகிக்கப்படுவதுபோல, நேராகவாவது அல்லது பரம்பரையாகவாவது யோகத்திற்குச் சாதனங்களாகிய யோகாங்கங்களில் யோகமென்னுஞ்சொல் பிரயோகிக்கப்படுகின்றது. (௬௪)

(அ-கை) அப்பியாசத்தினாலேயே சித்தியுண்டாகிறதெ ன்று திடமாகக்கூறுகின்றார்.

க்ரியாயுக்தஸ்ய ஸித்தி: ஸ்யாதக்ரியஸ்ய கதம் பவேத் ॥
॥ ௬௪,௧ ।

(இ-ள்) யோகாநுஷ்டானமாகிய கிரியையுடையவனுக்கு யோகசித்தியுண்டாகுமன்றி, அவ்வநுஷ்டான மில்லாதவனுக்கு எப்படியுண்டாகும். (ஒருவிதத்தானுமுண்டாகாதென்பது பொருள்). எ-று. (௬௪,௨)

(அ-கை) யோகசாஸ்திரத்தைப் படித்தல்மாத்திரத்தால் யோகசித்தியுண்டாகாதென்று கூறுகின்றார்.

ந ஶாஸ்த்ரபாடமாத்ரேண யோகஸித்தி: ப்ரஜாயதே ॥ ௬௫ ॥
ந வேஷதாரணம் ஸித்தே: காரணம் ந ச தத்கதா ॥ ௬௫,௧

(இ-ள்) (*) 'யோகசாஸ்திரத்தைப் படித்தல்மாத்திரத்தால் யோகசித்தியுண்டாகிறதில்லை.

(*) அப்பியாசமில்லாதவனுக்கு வீண்வார்த்தைகளாற் சித்தியுண்டாகாதாகையால் சகலபிரயத்தினத்தி (முயற்சியி) னாலும் எப்போதும், யோகத்தையே அப்பியசிக்கவேண்டும்" என்று யோகதத்துவோபநிஷத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அப்படியே "சாஸ்திரத்தைப்படித்தல் மாத்திரத்தினாற்சித்தியுண்டாகாது. மொட்டையன், தண்டதாரி, காஷாயவஸ்திரந்தரித்தவன், நாராயணவசனன், ஜடைமுடித்தவன், விபூதியணிந்தவன், பஞ்சாக்ஷரமுதலியவற்றையுச்சரிப்பவன், பாகியபூஜையுள்ளவன், துவாதசபுண்டரமுடையவன், அக்ஷம்துளசிகாஷ்டமுதலியவற்றின் மாலைகளால் அலங்கரிக்கப்பட்டவனென்னும் இந்தக்கிரியையி (அப்பியாசமி)ல்லாத வாக்குச்சூரர்கள், எப்படிச் சித்தியையடைவார்கள்" என்றுதந்தாத்திரேயராலும், "ஏகதண்டதிரிதண்டாதிகளாலும், ஜடை, பஸ்மம் (விபூதி) முதலியவற்றாலும், மொட்டையடித்துக்கொள்ளுதல், நிருவாணமாய்த்திரிதல், காஷாயந்தரித்தல், கந்தையுடுத்தல், உன்மத்தமாய்த்திரிதல் முதலியவற்றாலும் சித்தியுண்டாகாது. நிரந்தரஅப்பியாசத்தாலுண்டாகும்" என்று வாமதேவ மகேசுவர ஸம்வாதமாகிய யோகாப்பியாசத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

காஷாயவஸ்திரமுதலிய வேஷம் தரித்தலும், யோகத்தைப் பேசுதலும் யோகசித்திக்குக் காரணமாகா. எ-று. (௬௫)

(அ-கை) மற்றெதுதான் சித்திக்குக்காரணமெனக் கூறுகின்றார்.

𑌕𑍍𑌰𑌿𑌯𑍈𑌵 𑌕𑌾𑌰𑌣𑌂 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑍇𑌃 𑌸𑌤𑍍𑌯𑌮𑍇𑌤𑌨𑍍𑌨 𑌸𑌂𑌶
𑌯𑌃 । ॥ ௬௬ ॥

(இ-ள்) அப்பியாசமாகிய கிரியையே சித்திக்குக் காரணம். இது சத்தியம். இதிற்சமுசயமில்லை. எ-று. (௬௬)

(அ-கை) யோகாங்காநுஷ்டானத்தின் அவதி (எல்லை) யைக் கூறுகின்றார்.

𑌪𑍀𑌠𑌾𑌨𑌿 𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌕𑌾𑌶𑍍𑌚𑌿𑌤𑍍𑌰𑌾 𑌦𑌿𑌵𑍍𑌯𑌾𑌨𑌿 𑌕𑌰𑌣𑌾𑌨𑌿 𑌚 । 𑌸
𑌰𑍍𑌵𑌾𑌣𑍍𑌯𑌪𑌿 𑌹𑌠𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑍇 𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌫𑌲𑌾𑌵𑌧𑌿 ॥ ௬௭ ॥

(இ-ள்) ஆசனங்களும், சூரியபேதமுதலிய அநேகவித கும்பகங்களும், மஹாமுத்திரைமுதலிய மேன்மையான கரணங்களும், ஹடசித்தியில் மிகுந்த உபகாரமுள்ளனவாம். இவையாவும் இராஜயோக பலம்வரையிலும் செய்யத்தக்கனவாம். எ-று. (௬௭)

முதல் உபதேசம்

முற்றுப்பெற்றது.

இரண்டாம் உபதேசம்.

———:*:———

(அ-கை) இனி (ஆசனம் உபதேசித்தபின்) பிராணாயாமங்களைச் சொல்ல ஆரம்பிக்கின்றார்.

அதாஸநே த்ருடே யோகீ வஶீ ஹிதமிதாஶந꞉ । கு
ரூபதிஷ்டமார்கேண ப்ராணாயாமாந் ஸமப்யஸேத் ॥ ௧ ॥

(இ-ள்) இனி * ஆசனம் திடமாகிய காலத்து, யோகியானவன் இந்திரிய ஜயமுள்ளவனும், இதமும் (பத்தியமும்) மிதமுமாகிய ஆகாரமுடையவனும் குருவினாலுபதேசிக்கப்பட்ட வழியாய், இனிச்சொல்லப்படும் பிராணாயாமத்தைச் செவ்வையாய் (உற்சாகம் சாகசம் முதலியவற்றோடு) அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

† அத (இனி) என்பது மங்கலத்தின் பொருட்டாம். திடமென்பதற்குக் குக்குடமுதலியவைகள் நீங்கிய ஸ்திரமாகிய ஸித்தாசனமுதலியவற்றில் என்றும் பொருளாகும். (௧)

(அ-கை) “ப்ரயோஜநமநுத்திஶ்ய ந மந்தோऽபி ப்ரவர்த்ததே ॥ பிரயோசனத்தை யுத்தேசிக்காமல், மந்தனும் பிரவர்த்தி

---

* ‘ஆசன அசனங்களின் யோகத்தால் பிராணஸ்பந்தம் (சலனம்) நிரோதி (தடு)க்கப்படுகின்றது’ என்னும் சுருதியின் (அன்னபூர்ணோபநிஷத்தின்) படி மிதாகாரமுதலியன பிராணாயாமத்திற்கு இன்றியமையாதனவாமென்பதை வற்புறுத்தும் பொருட்டு அவற்றை அநுவதிக்கின்றார்.

† அத என்பது மங்கலத்தின் பொருட்டாமென்பதற்கு “ஓங்காரஶ்சாதஶப்தஶ்ச த்வாவேதௌ ப்ரஹ்மண꞉ புரா । கண்டம் பித்த்வா விநிர்யாதௌ தஸ்மாந்மாங்கலிகாவுபௌ, ஓங்காரமும் அத-எனுஞ் சொல்லும் முன் பிரமாவின் கழுத்தைப் பேதித்துக்கொண்டு வெளிப்பட்டன. ஆதலால் இரண்டும் மங்கலமுடையனவாம்” என்னும் ஸ்மிருதிபிரமாணம்.

யான்'' என்னும் பெரியோர் வாக்கியத்தின்படி, பிரயோசனமின்றிப் பிரவிருத்தியுண்டாகாதாகலின், பிராணாயாமத்தின் பிரயோசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

சலே வாதே சலம் சித்தம் நிச்சலே நிச்சலம் பவேத் |
யோகீ ஸ்தாணுத்வமாப்நோதி ததோ வாயும் நிரோதயேத் || ௨ ||

(இ-ள்) * வாயு அசைந்தால் சித்தம் அசைவுடையதாகின்றது. வாயு அசையாதிருந்தால் சித்தமும் அசையாததாகின்றது. வாயுவும் சித்தமும் அசையாதபோது யோகி ஸ்திரமாகிய நீண்டவாழ்நாளை அல்லது ஈசத்தன்மையை அடைகிறான். ஆகையால் வாயுவை (பிராணனை) நிரோதிக்க (கும்பிக்க) வேண்டும். எ-று. (௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

யாவத்வாயு: ஸ்திதோ தேஹே தாவஜ்ஜீவநமுச்யதே |
மரணம் தஸ்ய நிஷ்க்ராந்தி: ததோ வாயும் நிரோதயேத் || ௩ ||

(இ-ள்) தேகத்தில் எவ்வளவு காலம் பிராணவாயுவிருக்கின்றதோ, அவ்வளவு காலம் வரையில் ஜீவனம் உலகத்தாராற் சொல்லப்படுகின்றது. (ஜீவனமென்னுஞ் சொல்லிற்குச் சரீரப்பிராணசையோகம் பொருளாயிருத்தலால்) அந்தப் பிராணன் தேகத்தினின்றும் பிரிதல், மரணமெனப்படுகின்றது. ஆகையால் வாயுவை நிரோதிக்க(தடுக்க)வேண்டும். எ-று. (௩)

(அ-கை) மலசுத்தி ஹடசித்தியை யுண்டாக்குவதாமென்பதை வெதிரேகமாக (எதிர்மறையாக) க்கூறுகின்றார்.

(*) "பிராணவாயுவின் அசைவு எதுவோ, அதுவே சித்தத்தினசைவுமாம், ஆகையால் மேலானபுத்திமான்கள் பிராணனது சலனத்தைஜெயித்தலில் முயற்சிசெய்யவேண்டு" மென்று அன்னபூர்ணோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

𑌮𑌲𑌾𑌕𑍁𑌲𑌾𑌸𑍁 𑌨𑌾𑌡𑍀𑌷𑍁 𑌮𑌾𑌰𑍁𑌤𑍋 𑌨𑍈𑌵 𑌮𑌧𑍍𑌯𑌗𑌃 ।
𑌕𑌥𑌂 𑌸𑍍𑌯𑌾𑌦𑍁𑌨𑍍𑌮𑌨𑍀𑌭𑌾𑌵𑌃 𑌕𑌾𑌰𑍍𑌯𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌃 𑌕𑌥𑌂𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 ॥௪॥

(இ-ள்) நாடிகள் மலத்தால் வியாபிக்கப்பட்டிருக்குங்கால், பிராணன் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செல்வதாகாது. [மலஞ்சுத்தப்பட்டிருந்தால் மாத்திரம் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செல்வதாகும் என்பது பொருள்]. அப்போது உன்மனீபாவம் (உன்மனியின் இருப்பு) எப்படி யுண்டாகும் (ஒருவிதத்தாலு மாகாதென்பது பொருள்). கைவல்யவடிவமாகிய காரியத்தின் சித்தி (பேறு) எப்படியுண்டாகுப்? (ஒருவிதத்திலுமாகாதென்பது) பொருள்). எ-று. (௪)

(அ-கை). அந்வயத்தா (உடன்பாட்டா)லும்மலசுத்தி ஹடசித்திக் கேதுவா மென்பதைக் கூறுகின்றார்.

𑌶𑍁𑌦𑍍𑌧𑌿𑌮𑍇𑌤𑌿 𑌯𑌦𑌾 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌂 𑌨𑌾𑌡𑍀𑌚𑌕𑍍𑌰𑌂 𑌮𑌲𑌾𑌕𑍁𑌲𑌮𑍍 । 𑌤
𑌦𑍈𑌵 𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌸𑌂𑌗𑍍𑌰𑌹𑌣𑍇 𑌕𑍍𑌷𑌮𑌃 ॥௫॥

(இ-ள்) எப்போது மலத்தினால் வியாபிக்கப்பட்ட சகல நாடிசக்கர (சமூக)ங்களும் சுத்தியடைகின்றனவோ, அப்போதுதான் யோகாப்பியாசி பிராணனைக்கொள்ளுதலில் சமர்த்தனாகின்றான். எ-று. (௫).

(அ-கை) மலசுத்தி யெப்படி யுண்டாகிறதென்று கேட்குமிடத்து, அதைச் சோதிக்கும் (சுத்தப்படுத்தும்) பிராணாயாமத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌯𑌾𑌮𑌂 𑌤𑌤𑌃 𑌕𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾𑌨𑍍𑌨𑌿𑌤𑍍𑌯𑌂 𑌸𑌾𑌤𑍍𑌤𑍍𑌵𑌿𑌕𑌯𑌾 𑌧𑌿
𑌯𑌾 । 𑌯𑌥𑌾 𑌸𑍁𑌷𑍁𑌮𑍍𑌨𑌾𑌨𑌾𑌡𑍀𑌸𑍍𑌥𑌾 𑌮𑌲𑌾𑌃 𑌶𑍁𑌦𑍍𑌧𑌿𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌯𑌾𑌨𑍍𑌤𑌿
𑌚 ॥ ॥௬॥

(இ-ள்) (எதனால் மலசுத்தியின்றிப் பிராணனைக் கொள்ளுதலிற் சமர்த்தனாகவில்லையோ) அதனால் (ஈசுவரப்பிரணிதானம், உற்சாகம், சாகசமுதலியவற்றால் விக்ஷேபம் ஆலசிய

முதலிய ராஜசதாமத தர்மங்கள் நீங்கிய) சாத்துவிகமாகிய (பிரகாசப் பிரசாதசீலமுடைய) புத்தியினால் சுழுமுனைநாடியிலுள்ள மலங்கள் சுத்தியாகும் (கெடும்) படியாகத் தினமும் பிராணாயாமம் செய்யவேண்டும். எ-று. (௬).

நாடிசோதனை.

(அ-கை) மலத்தைச் சோதிக்கும் பிராணாயாமத்தின் றன்மையை இரண்டு சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

𑌬𑌦𑍍𑌧𑌪𑌦𑍍𑌮𑌾𑌸𑌨𑍋 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌂 𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑍇𑌣 𑌪𑍂𑌰
𑌯𑍇𑌤𑍍 । 𑌧𑌾𑌰𑌯𑌿𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌯𑌥𑌾𑌶𑌕𑍍𑌤𑌿 𑌭𑍂𑌯𑌃 𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑍇𑌣 𑌰𑍇𑌚
𑌯𑍇𑌤𑍍 ॥ ॥ ௭ ॥

(இ-ள்) பதுமாசனம் சேர்ந்திருக்கும் யோகியானவன், பிராணவாயுவைச் சந்திரனென்னு மிடைகலையாற் பூரித்துச் சக்தியளவு கும்பித்து, மறுபடியும் சூரியனென்னும் பிங்கலையால் இரேசிக்கவேண்டும். எ-று.

வெளிவாயுவைப் பிரயத்தினவிசேஷத்தா விழுத்தல், பூரகம். ஜாலந்தரமுதலிய பந்தபூர்வகமாகப் பிராணனை நிறுத்துதல், கும்பகம். கும்பித்தவாயு பிரயத்தினவிசேஷத்தால் வெளிப்படுதல், இரேசகம். இது பிராணாயாமாங்கமாகிய இரேசக பூரகங்களுக்கு இலக்ஷணமாம். "𑌭𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌵𑌲𑍍𑌲𑍋𑌹𑌕𑌾𑌰𑌸𑍍𑌯 𑌰𑍇𑌚𑌪𑍂𑌰𑍌 𑌸𑌸𑌂𑌭𑍍𑌰𑌮𑍌-கொல்லன் துருத்தியைப்போல் வேகமுள்ள இரேசகபூரகங்கள்" என்னும் கௌணரேசக பூரகங்களில் * அவ்

---

* ஒரு இலக்கியத்திற்கு இலக்கணங் கூறுமிடத்து அதிவியாப்திமுதலிய மூன்று தோஷங்களுமில்லாதிருக்கவேண்டும். மூன்றுதோஷங்களாவன:— அதிவியாப்தி அவ்வியாப்தி அசம்பவமென்பனவாம்.

(௧) அதிவியாப்தி:— ஓர் இலக்கியத்திற்குக் கூறிய இலக்கணம் மற்றோர் இலக்கியத்தினுமிருத்தல்; அது ஆ கொம்புள்ளதெனல்.

(௨) அவ்வியாப்தி:— ஓர் இலக்கியத்திற்குக்கூறிய இலக்க

வியாப்தியில்லை; அவற்றிற்கு இலக்ஷியத்துவமில்லாமையால் (எ)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌂 𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑍇𑌣 𑌚𑌾𑌕𑍃𑌷𑍍𑌯 𑌪𑍂𑌰𑌯𑍇𑌦𑍁𑌦𑌰𑌂
𑌶𑌨𑍈𑌃 । 𑌵𑌿𑌧𑌿𑌵𑌤𑍍𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌕𑌂 𑌕𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌪𑍁𑌨𑌶𑍍𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑍇𑌣
𑌰𑍇𑌚𑌯𑍇𑌤𑍍 ॥ ௮ ॥

(இ-ள்) சூரிய நாடியாகிய பிங்கலையால் பிராணனைப் பூரித்து, மெல்லமெல்ல வயிற்றை நிரப்பி, விதிப்படி பந்தபூர்வகமாகிய கும்பகம் செய்து, மறுபடியும் சந்திர நாடியாகிய இடைகலையால் இரேசிக்கவேண்டும். எ-று. (அ)

(அ-கை) முற்கூறிய பிராணாயாமத்தில் விசேஷத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌯𑍇𑌨 𑌤𑍍𑌯𑌜𑍇𑌤𑍍𑌤𑍇𑌨 𑌪𑍀𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌧𑌾𑌰𑌯𑍇𑌦𑌤𑌿𑌰𑍋𑌧
𑌤𑌃 । 𑌰𑍇𑌚𑌯𑍇𑌚𑍍𑌚 𑌤𑌤𑍋𑌽𑌨𑍍𑌯𑍇𑌨 𑌶𑌨𑍈𑌰𑍇𑌵 𑌨 𑌵𑍇
𑌗𑌤𑌃 ॥ ௯ ॥

(இ-ள்) சந்திரனல்லது சூரியனென்னும் எந்த நாடியால் இரேசிக்கிறானோ, அதினாலேயே பூரித்து, மிகுந்த நிரோதத்தால் (வேர்வை நடுக்க முதலியவையுண்டாகும் வரையில்) கும்பித்து, (எதினால் பூரகம் செய்யப்பட்டதோ) அதற்கந்நியமாகிய நாடியால் வேகமில்லாமல் மெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். எ-று

வேகமாய் இரேசித்தால் பலக்குறைவுண்டாம். எதனால் பூரகம் செய்யப்பட்டதோ, அதனால் இரேசகம் செய்யலாகாது;

ணம் அவ்விலக்கியத்தின் ஏகதேசத்தில் இல்லாதிருத்தல்; அது ஆ கபிலநிற முள்ளதெனல்.

(௯). அசம்பவம்: — கூறிய இலக்கணம் அவ்விலக்கிய முழுவதினு மில்லாதிருப்பது; அது ஆ ஒற்றைக்குளம்புடையதெனல்.

இம்மூன்று குற்றங்களுமில்லாத தர்மமே, சிறப்பிலக்கணமாம்.

எதனால் இரேசகம் செய்யப்பட்டதோ, அதனாலேயே பூரகம் செய்யவேண்டுமென்பது தாற்பரியம். (௯)

(அ-கை) "𑌬𑌦𑍍𑌧𑌪𑌦𑍍𑌮𑌾𑌸𑌨𑌃 ! பத்மாசனம் சேர்ந்துகொண்டிருக்கும் யோகி" யென்பவற்றுற் சொல்லப்பட்ட அர்த்தத்தை ஒன்ருய்த்திரட்டி அநுவதிக் (எடுத்துச்சொல்லு)கின்றவராய்ப், பிராணுயாமத்தின் * அவாந்தரபலத்தைக் கூறுகின்ருர்.

𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌂𑌚𑍇𑌦𑌿𑌡𑌯𑌾 𑌪𑌿𑌬𑍇𑌨𑍍𑌨𑌿𑌯𑌮𑌿𑌤𑌂 𑌭𑍂𑌯𑍋𑌽𑌨𑍍𑌯
𑌯𑌾 𑌰𑍇𑌚𑌯𑍇𑌤𑍍𑌪𑍀𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌪𑌿𑌙𑍍𑌗𑌲𑌯𑌾 𑌸𑌮𑍀𑌰𑌣𑌮𑌥𑍋 𑌬𑌦𑍍𑌧𑍍𑌵𑌾
𑌤𑍍𑌯𑌜𑍇𑌦𑍍𑌵𑌾𑌮𑌯𑌾 । 𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑌾𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌮𑌸𑍋𑌰𑌨𑍇𑌨 𑌵𑌿𑌧𑌿𑌨𑌾
𑌽𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌂𑌸𑌦𑌾 𑌤𑌨𑍍𑌵𑌤𑌾𑌂 𑌶𑍁𑌦𑍍𑌧𑌾 𑌨𑌾𑌡𑌿𑌗𑌣𑌾 𑌭𑌵𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌯𑌮𑌿
𑌨𑌾𑌂 𑌮𑌾𑌸𑌤𑍍𑌰𑌯𑌾𑌦𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌤𑌃 ॥ ॥௧௦॥

(இ-ள்) இடைகலையால் பிராணனைப் பூரிக்கின், கும்பிக்கப்பட்ட பிராணனைப் பின் மற்றக் (பிங்) கலையால் இரேசிக்கவேண்டும். பிங்கலையால் வாயுவைப் பூரித்து, அதன் பின் கும்பித்து இடைகலையால் இரேசிக்கவேண்டும். இவ்வண்ணம் (சந்திரனுல் பூரித்துக் கும்பித்துச் சூரியனுல் இரேசிக்கவேண்டும், சூரியனுல் பூரித்துக்கும்பித்துச்சந்திரனுல் இரேசிக்கவேண்டும் என்னும் வடிவினதாக) சூரியசந்திரநாடிகளின் அப்பியாசத்தைத் தினமும் விஸ்தரிக்கவேண்டும். இதனுல் இயமமுடையவர்களுக்கு நாடிகள் மூன்று மாசத்திற்குமேல் சுத்தமாகின்றன. எ-று. (௧௦)

(அ-கை) இனிப் பிராணுயாமாப்பியாச காலத்தையும், அதன் அவதி (எல்லை)யையும் கூறுகின்ருர்.

(*) எதின் வாயிலாக முக்கியப் பிரயோஜனம் அடையப்படுகின்றதோ, அது அவாந்தரப்பிரயோஜனம்.

ப்ராதர்மத்யந்தினே ஸாயமர்த்தராத்ரே ச கும்பகா
ந் । ஸநைரஸீதிபர்யந்தம் சதுர்வாரம் ஸமப்யஸே
த் ॥ ॥ ௧௧ ॥

(இ-ள்) (அருணோதயமுதல் சூரியனுதித்த மூன்று நாழிகையளவினதாகிய) பிராதக்காலத்திலும், (ஐந்துவிதமாகப் பிரிக்கப்பட்ட பகலின் மத்தியபாகமாகிய) மத்தியானத்திலும், (அஸ்தமிக்கிறதற்கு முன்னும் பின்னுமாகிய மூன்று நாழிகையளவுள்ள) சாயங்காலத்திலும், (இரண்டு முகூர்த்த அளவினதாகிய) அர்த்தராத்திரியிலுமாக (*) நான்கு முறை எண்பது பிராணாயாமம் வரையிலும் மெல்லமெல்ல நன்றாயப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

நான்கு காலங்களிலும், ஒரு காலத்துக்கு எண்பது பிராணாயாமமாகச் செய்யவேண்டும். அர்த்தராத்திரியில் செய்யச் சக்தியில்லையாயின், மூன்று காலம் செய்யவேண்டுமென்பது சம்பிரதாயம். நான்கு முறை செய்வதனால் தினந்தோறும் முந்நூற்றிருபது பிராணாயாமமாகின்றது. மூன்று முறை செய்தால் இருநூற்றுநாற்பது பிராணாயாமமாகின்றது. இங்கே ஒரு முகூர்த்தம் இரண்டு நாழிகையளவுள்ள காலம். (௧௧)

(அ-கை) கனிஷ்டம், மத்திமம், உத்தமமென்னும் பிராணாயாமங்களின் வியாபக விசேஷத்தைக் கிரமமாகக் கூறுகின்றார்.

கநீயஸி பவேத்ஸ்வேத: கம்போ பவதி மத்யமே । உத்த
மே ஸ்தாநமாப்நோதி ததோ வாயும் நிபந்தயேத் ॥ ॥ ௧௨ ॥

(*) புருஷன் காலையில் ௬௦-ம், மத்தியானத்தில் ௩௦-ம், சாயங்காலத்தில் ௨௦-ம், அர்த்தராத்திரியில் ௨௦-மாகப் பிராணாயாமஞ் செய்யவேண்டுமென்பது யோகசந்திரிகை.

(இ-ள்) * கனிஷ்டப்பிராணாயாமத்தில் வியர்வையுண்டாம். மத்திமப்பிராணாயாமத்தில் நடுக்கமுண்டாம். உத்தமப்பிராணாயாமத்தில் பிரமரந்திரஸ்தானத்தை யடைகின்றது. ஆகையால் வாயுவைப் பந்திக்கவேண்டும். எ-று.

கனிஷ்டம் வியர்வையினாலும், மத்திமம் நடுக்கத்தினாலும், உத்தமம் ஸ்தானப்பிராப்தியினாலும் அநுமானிக்கத்தக்கனவாம். கனிஷ்டமுதலியவற்றி னிலக்ஷணம், இலிங்கபுராணத்தில் "[illegible]" (¶) பிராணாயா

(*) "மந்தப்பிராணாயாமம் வரில்வேர்வுதோன்று மத்திமமா; மந்தப்பிராணாயாமம் வரில்லையுமேனி யதன்பின்னே சிந்தை மகிழ; வுத்தமமாம் பிராணாயாமஞ் சேர்ந்திடிலோ விந்து நிலத்தினின்றுமெழுந்திடுமோவியாக்கை யியம்பிடினே" என்பதிலிங்கபுராணம். "முதலில் வியர்வையும், இரண்டாவது நடுக்கமும், மூன்றாவது தவளைத்தத்தும். அதிக அப்பியாசத்தால் பதுமாசனத்திலிருக்கினும் பூமியினின்று ஆகாயத்திற் கிளம்புதலு முண்டாகு"மென்று சிவசங்கிதையிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(¶). இப்படியே பிராணாயாமத்தின் அளவு:—

"ஏறுதல் பூரக மீரெட்டு வாமத்தா
லாறுதல் கும்பக மறுபத்தி நாலதி
னூறுதல் முப்பத்திரண்டிரேசக
மாறுதலொன்றின் கண்வஞ்சகமாமே" என்று

திருமந்திரத்திலும், "இரேசகபூரககும்பக பேதத்தால் மூன்றுவிதமாய்

மத்தின் அளவு பன்னிரண்டு மாத்திரையாம். தாழ்வாகிய பன்னிரண்டு மாத்திரையோ ஒரு முறை உத்காத மெனப்படுகின்றது. மத்திமமோ இருபத்துநான்கு மாத்திரையுள்ள இரண்டு உத்காத மெனப்படுகின்றது. முக்கியமானதோ முப்பத்தாறு

மூன்றுவருணவடிவமாயிருத்தலால், பிரணவமே பிராணாயாமமெனப்படும். பதுமாசனத்திலிருக்கும் புருஷன், நாசிநுனியில் சந்திரபிம்பப்பிரகாசங்களால் விரிந்த அகாரமூர்த்தியானது இரக்தாங்கமுடையதும், ஹம்ஸ (அன்ன) வாகினியும், தண்டத்தைக் கரத்திலுடையதும், வாலையுமாகிய காயத்திரியாகின்றது; உகாரமூர்த்தியானது வெண்ணிற அங்கமுடையதும், கருடவாகினியும், யௌவனமுள்ளதும், சக்கரத்தைக் கையிலுடையதுமாகிய சாவித்திரியாகின்றது; மகாரமூர்த்தியானது கருமையாகிய அங்கமுடையதும், இடபவாகினியும், வயதுசென்றதும் சூலத்தைத் தரித்துள்ளதுமாகிய சரஸ்வதியாகின்றது; அகாராதிமூன்றிற்குங் காரணம் பரஞ்சோதியாகிய ஏகாக்ஷரப்பிரணவமாகின்றது என்று தியானிக்கவேண்டும். இடையினால் வெளிவாயுவை-௧௬-மாத்திரையளவு பூரித்து அகாரத்தைச் சிந்தித்துப், பூரித்தவாயுவை ௬௪ மாத்திரையளவு கும்பித்து உகாரத்தைத் தியானித்துப், பூரித்ததைப் பிங்கலையால்-௩௨-மாத்திரையளவு இரேசித்து மகாரமூர்த்தியைத் தியானிக்கவேண்டும். இப்படியே கிரமமாக அடிக்கடி பூரிக்கவேண்டும்' என்று சாண்டில்யோபநிஷத்திலும், "பிரமாவே இடையினால் வாயுவைப் பன்னிரண்டு மாத்திரையளவு பூரித்துப் பிங்கலையால் வாயுவை முப்பத்திரண்டு மாத்திரையளவு செவ்வையாய் இரேசிக்கவேண்டும். இப்படியே அடிக்கடி செய்யவேண்டு" மென்று திரிசிக்யுபநிஷத்திலும், வாயுசங்கிதை வாசிஷ்ட முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே பூரகத்தைவிட இரேசகத்திற்கு மாத்திரை யதிகமாய்ச் சொன்னது, இரேசகத்தை யவ்வளவு மெதுவாகச் செய்யவேண்டுமென்பதை முன்னிட்டாம். அன்றியும், "பூரகம் பன்னிரண்டு ஓங்காரமாகவும், கும்பகம் பதினாறு ஓங்காரமாகவும், இரேசகம் பத்து ஓங்காரமாகவுஞ் செய்யவேண்டும். அது பிராணாயாமமெனப்படு" மென்று யோகசூடாமணியுபநிஷத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிரமவிஷ்ணு ருத்திரர்கள் முறையே பூரககும்பகரேசகங்களுக்குத் தேவதைகளாவார்களென்பது தியானபிந்துஉபநிஷத்து. முற்கூறிய பிரணவாதிகளின் உச்சாரணத்தோடு செய்யும் பிராணாயாமம் சகர்ப்பமென்றும் அஃதின்றிய பிராணாயாமம் அகர்ப்பமென்றும் சொல்லப்படும். அதை "தெரித்தமறைமந்திர மோதிச்செய்யும் பிராணாயாமத்தைக்; கருப்பப்பிரா

படாத்திரையுள்ளதும் மூன்றும் உத்காத மெனப்படுகின்றது. இவை கிரமமாக வியர்வை, நடுக்கம், எழும்புதல் என்பவற்றை யுண்டாக்குவனவாம். அப்படியே இதில் ஆநந்தம், நித்திரை, தூமம் (சித்ததின் அசைவு) என்பவைகளுண்டாகின்றன. மயிர்க்கூச்

ணுபாம மெனக்கற்றல் செய்வார்காமின்றி; யுரைத்ததனி மந்திரமுள்ளத்துணராதி யற்றுகின்றதனே: விரித்தார் கருப்பமிலதாய பிராணுயாமமென மிக்கோர்'' என்னும் இலிங்கபுராணவாக்கிய முதலியவற்றுற் காண்க. வியாகிருதிபிரணவங்களுடன் காயத்திரியைச் சிரசோடு மூன்றுமுறை செபித்தல், கிருகஸ்தனது பிராணுயாமகாலவளவாம். இப்பிராணுயாமம் கிருகஸ்தர்களுக்குப் பாபசுத்தியின் பொருட்டும், யோகிகளுக்கு யோகசித்தியின் பொருட்டுமாம். "ஆனுல் கிருகஸ்தனும் சங்கத்தைவிட்டு ஏகாந்தத்திலிருந்து அப்பியாசம் செய்யவேண்டும். அதன்பின் வியவகாரத்தின்பொருட்டு வெளியே சங்கத்திற் பிரியமுடையவன்போல வியவகரிக்கவேண்டும். கர்மத்திறைல் உண்டானவைகள் யாவும் தத்தம் கருமத்தின்படி யிருக்கின்றன. நிமித்தமாத்திரமாக இவற்றைச் செய்வதில் ஒருக்காலும் தோஷமில்லை யென்று நிச்சயித்து, நல்ல விவேகத்திறைல் இந்த யோகத்தை ஆசிரயிப்பானுயின், கிருகஸ்தனும் சித்தியை யடைகிறுன். இதிற் சமுசயமில்லை. எவன் புண்ணிய பாவங்களினின்று விடுபட்டவனும் தேகாபிமானத்தை விட்டவனு மாகின்றுனே, அந்தக் கிருகஸ்தன் எப்போதும் வீட்டிலிருந்துகொண்டே விமுக்தனுகின்றுன். எப்போதும் யோகத்தோடுகூடியயோகியானவன் லோகசங்கிரக (லோகபரிபாலன) மாகிய தனது காரியத்தில் புண்ணியபாவங்களைச் செய்யினும், அப்புண்ணியபாவங்களாற் பற்றப்படான். கிடைத்ததிற் சந்தோஷமுடையவனுயும், உள்ளே கொஞ்சமும் பற்றில்லாதவனுயும் (காலவரம்பு, இடவரம்பு, நடைவரம்பு, கர்மவரம்பென்னும்) சகலவரம்புகளு முள்ளவனுயும் யோகசாதனத்திற் பொருந்தியிருக்கவேண்டும். யோகக்கிரியையோடு கூடியகிருகஸ்தர்களுக்கு ஈசுவரனது (ஈசுரவாச்சியமாகிய பிரணவத்தினது) ஜபத்தால் சித்தியுண்டாகுமாகவின், கிருகஸ்தன் அதைச் செவ்வையாய் அப்பியசிக்கவேண்டும். கிருகஸ்தன் புத்திரதாராதிகளால் நிரம்பியவனுய் வீட்டிலிருந்துகொண்டு, உள்ளே பற்றில்லாமல் யோகமார்க்கத்தில் தன்னிடத்துச் சித்தியின் அடையாளங்களைக் கண்டு, பிறகு அவன் எனது ஆஞ்ஞையைச் சாதித்துக் கிரீடிப்பன்'' என்னும் சிவசங்கிதையின் வாக்கியத்தால் கிருகஸ்தனுக்கும் சித்தியுண்டாமென்பது சித்திக்கின்றது.

சல், துவனிஞானம், சரீரக்குத்தல், நடுக்கம், இளைப்பு, வியர்வை, பிதற்றுதல் முதலியவைகளையும், அறிவின் மயக்கத்தையும் எப்போது ஜயிக்கின்றானோ, அப்போது அந்த நல்ல சோபனமாகிய பிராணாயாமம் உத்தமமென்று சொல்லப்படுகின்றது" என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றது. கோரக்ஷரும் "அதமே த்வாதஶ மாத்ரா மத்யமே த்விகுணா: ஸ்ம்ருதா: | உத்தமே த்ரிகுணா மாத்ரா ப்ராணாயாமே த்விஜோத்தமை: || பிராணாயாமத்தில் அதமம் பன்னிரண்டுமாத்திரையாகவும், மத்திமம் இரண்டுமடங்காகவும், உத்தமம் மூன்றுமடங்காகவும் துவிஜோத்தமர்களாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது" என்று கூறியிருக்கின்றார். ப்ராணேனோத்ஸார்யமாணேன அபான: பீட்யதே யதா | கத்வா சோர்த்வம் நிவர்தேத ஏததுத்காதலக்ஷணம் || மேலெழும்பும் பிராணனால் அபானன் பீடிக்கப்பட்டு எப்போது மேற்சென்று திரும்புகின்றதோ, அது உத்காதலக்ஷணமாம்" என்பது உத்காதலக்ஷணம். யாஞ்ஞவல்கியர் "அங்குஷ்டாங்குலிமோக்ஷம் த்ரிர் ஜானுமண்டலமார்ஜனம் | தாலத்ரயமபி ப்ராஜ்ஞா மாத்ராஸம்ஜ்ஞாம் ப்ரசக்ஷதே || மூன்று கைக்கொடியை (பெருவிரலை நடுவிரலோடு சேர்த்து மூன்றுதரஞ்சுண்டுதலை) யும், முழங்காலை மூன்றுதரம் துடைத்தலையும், மூன்றுதாளத்தையும் மாத்திரையென்று பிராஞ்ஞர்(மிக்க அறிவுடையோர்) கூறுகின்றனர்" என்று மாத்திரையைக் கூறுகின்றார். ஸ்கந்தபுராணத்தில் "ஏகஶ்வாஸமயீ மாத்ரா ப்ராணாயாமே நிகத்யதே || ஒருசுவாசவடிவமாகிய மாத்திரை பிராணாயாமமெனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இது யோகசிந்தாமணியில் நித்திரைசெய்யும் புருஷனுக்கு எவ்வளவு காலம் ஒரு சுவாசம் போய்த் திரும்புகின்றதோ, அவ்வளவு காலம் பிராணாயாமமாத்திரை யெனப்படுமென்று வியாக்கியானம் செய்யப்பட்டிருக்கின்றது. பன்னிரண்டரை சுவாச அளவுள்ள காலம் பிராணாயாமகாலமாம். ஆறுசுவாசங்களால் ஒரு

பலமாகின்றது. ஆகையால் அரைச்சுவாசத்தோடு இரண்டு பல அளவுள்ள காலம் பிராணாயாமகாலமென்பது சித்தித்தது. பன்னிரண்டரை மாத்திரையுள்ள பிராணாயாமமே உத்தமப்பிராணாயாமமெனப்படும். முன்உதாகரிக்கப்பட்ட இலிங்கபுராணத்திற்கும் கோரக்கர் வாக்கியத்திற்கும் விரோதமில்லை. அங்கேபன்னிரண்டரை மாத்திரையுள்ள பிராணாயாமம் அதமமென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றதென்றுசங்கிக்கலாகாது. "ஜாநும் ப்ரதக்ஷிணீக்ருத்ய ந த்ருதம் ந விலம்பிதம் | குர்யாச்சோடிகாம் யாவத்தாவந்மாத்ரேதி கீயதே || முழங்காலை விரைவும் தாமதமுமில்லாமல் சுற்றி சொடிதல் எவ்வளவோ, அவ்வளவு மாத்திரையெனப்படுகின்றது" என்றும், "ஸம்மார்ஜ்ய ஜாநுமண்டலம் வ ஜாநோர்ஹஸ்தேந ஜாநும் | குர்யாச்சோடிகாம் யாவத்தாவந்மாத்ரேதி கீயதே || கைச்சொடித்தலும் முழங்காலைத் துடைத்துச் சுற்றுதலும் எவ்வளவோ, அவ்வளவு மாத்திரையெனப்படுகின்றது" என்றும் ஸ்கந்தபுராணத்திருக்தலாலும், "ஸம- ஸைவமாத்ரா ஸமாக்யாதா || அப்போது அங்குஷ்டம் மாத்திரையென்று பெயரிடப்படுகின்றது" என்று தத்தாத்திரேயாது வசனமிருத்தலாலும், இலிங்கபுராணகோரக்ஷாதிகளின் வாக்கியங்களில் ஒரு சொடியளவுகாலம் மாத்திரையாகக் கருதப்பட்டிருத்தலாலும், யாஞ்ஞவல்கியர் முதலியோரது வாக்கியங்களில் மூன்று சொடியளவு காலம் மாத்திரையாகக் கருதப்பட்டிருத்தலாலும், மூன்று மடங்கதிகமுள்ள அதமத்திற்கு உத்தமத்துவம் அங்கும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஆதலால் விரோதமில்லை. சகல யோகாங்கங்களினும் பிராணாயாமமுக்கியம். அது சித்தித்தால் பிரத்தியாகாரம் முதலியன சித்திக்கும். அது (பிராணாயாமம்) சித்திக்காவிட்டால் பிரத்தியாகார முதலியவைகள் சித்திக்கமாட்டா. ஆகையால் வாஸ்தவமாகப் பிராணாயாமமே பிரத்தியாகாரமுதலிய சப்தங்களாற் சொல்லப்படுகின்றது. அப்படியே யோகசிந்தாமணியில் "பிராணாயாமமே

அப்பியாசக்கிரமத்தால் விருத்தியாகிப் பிரத்தியாகாரதியானதாரணைசமாதியெனுஞ் சொற்களாற் சொல்லப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது ஸ்கந்தபுராணத்தில் "ப்ராணாயாமத்விஷட்கேந ப்ரத்யாஹார: ப்ரகீர்த்தித: | ப்ரத்யாஹாரத்விஷட்கேந தாரணா பரிகீர்த்திதா || தாரணா த்வாதச ப்ரோக்தம் த்யானம் த்யானவிசாரதை: | த்யானத்வாதசகேநைவ ஸமாதிரபிதீயதே || யத்ஸமாதௌ பரம் ஜ்யோதிரனந்தம் ஸ்வப்ரகாசகம் | தஸ்மின் த்ருஷ்டே க்ரியாகாண்டம் யாதாயாதம் நிவர்த்ததே || பிராணாயாமம் பன்னிரண்டால் பிரத்தியாகாரமும், பிரத்தியாகாரம் பன்னிரண்டால் தாரணையும் சொல்லப்படுகின்றது. தாரணைபன்னிரண்டு ஈசுவரச்சேர்க்கையின் பொருட்டு தியானமாகின்றது. தியானம் பன்னிரண்டினாலேயே சமாதி சொல்லப்படுகின்றது. சமாதியில் பரஞ்சோதியாகிய அநந்த சுவப்பிரகாசக (பிரம)மிருக்கின்றது. அதைத் தரிசித்தலால் கிரியாகாண்டத்தின் போக்குவரத்து (அலைச்சல்) நீங்குகின்றது", என்றும், அப்படியே "தாரணா பஞ்சநாடீபிர் த்யானம் ஸ்யாத் ஷஷ்டிநாடிகம் | திநத்வாதசகேந ஸ்யாத் ஸமாதி: ப்ராணஸம்யமே || பிராணசம்யமம் (பிராணாயாமம்) செய்யின் அது ஐந்து நாழிகைகளால் தாரணையும், அறுபது நாழிகைகளால் தியானமும், பன்னிரண்டு நாட்களினால் சமாதியுமாகின்றது" என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இப்படியே கோரக்கர் முதலியோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதி லிப்படி வியவஸ்தையிருக்கின்றது:— கொஞ்சங்குறைய நாற்பத்திரண்டு விபல அளவுள்ளது கனிஷ்டப்பிராணாயாமகாலமாம். இதுவே ஒரு நொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையாமென்னுங் கருத்தால் பன்னிரண்டு மாத்திரையளவுள்ள காலமாம். கொஞ்சங்குறைய எண்பத்து நான்கு விபல அளவுள்ளது மத்திமப்பிராணாயாமகாலமாம். இது ஒரு நொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்னுங் கருத்தால் இருபத்து நான்கு மாத்திரை

யளவுள்ள காலமாம். நூற்றிருபத்தைந்து விபல அளவுள்ளது உத்தமப்பிராணாயாமகாலமாம். இது ஒரு சொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்னுங் கருத்தால முப்பத்தாறு மாத்திரையளவுள்ள காலமாம். மூன்று சொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்று கொள்ளுமிடத்து, அது பன்னிரண்டு மாத்திரை யளவுள்ளதேயாம். பந்தபூர்வகமாக நூற்றிருபத்தைந்து விபலம்வரையில் பிராணாயாமம் எப்போது ஸ்திரமாகின்றதோ, அப்போது பிராணன் பிரமரந்திரத்தை யடைகின்றது. பிரமரந்திரத்தை யடைந்த பிராணன் இருபத்தைந்து பலம்வரையிலும் எப்போது நிற்கின்றதோ, அப்போது தாரணையாம். எப்போது அறுபது நாழிகைவரையில் நிற்கின்றதோ, அப்போது தியானமாம். எப்போது பன்னிரண்டுநாள்வரையில் நிற்கின்றதோ, அப்போது சமாதியாகின்றது. இப்படி யாவும் இரமணீயமாம். (கஉ)

(அ-கை) பிராணாயாமத்தை அப்பியசிக்கின்றவனுக்கு வியர்வையுண்டாகுங்காலத்தில் விசேஷத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜலேந ஶ்ரமஜாதேந காத்ரமர்தநமாசரேத் । த்ருடதா லகுதா சைவ தேந காத்ரஸ்ய ஜாயதே ॥ கங ॥

(இ-ள்) பிராணாயாமாப்பியாசத்தின் சிரமத்தாலுண்டாகிய வியர்வையினால் சரீரத்தில் (தைலாப்பியங்கனம்போல) தேய்க்கவேண்டும். அதனால் (தேய்த்தலால்) சரீரத்திற்குத் திடத்தன்மையும் இலகுத்தன்மையும் (ஜாட்டியமின்மையும்) உண்டாகின்றது. எ-று. (கங)

(அ-கை) இனி அப்பியாசத்திற்கு முன்னும் பின்னும் பால்முதலியவற்றின் நியமங்களைக் கூறுகின்றார்.

அப்யாஸகாலே ப்ரதமே ஶஸ்தம் க்ஷீராஜ்யபோஜநம் । ததோ(அ)ப்யாஸே த்ருடீபூதே ந தாத்ருங்நியமக்ரஹ: ॥

(இ-ள்) அப்பியாசகாலத்தின் முதலில் பால்நெய்முதலியவற்றோடுகூடிய போஜனம் சிலாக்கியமாம். ஆகையால் அப்பியாசம் திடமானகாலத்து அப்படிப்பட்ட நியமம் கொள்ளவேண்டியதில்லை. எ-று.

கேவலகும்பகம் சித்தித்தபோது அப்பியாசம் திடமாகின்றது. (கச)

(அ-கை) சிங்கமுதலியவற்றைப்போல பிராணனை மெல்லவே வசஞ்செய்யவேண்டும். விரைவாய்ச் செய்யலாகாதெனக் கூறுகின்றார்.

𑌯𑌥𑌾 𑌸𑌿𑌂𑌹𑍋 𑌗𑌜𑍋 𑌵𑍍𑌯𑌾𑌘𑍍𑌰𑍋 𑌭𑌵𑍇𑌦𑍍𑌵𑌶𑍍𑌯𑌃 𑌶𑌨𑍈𑌃 𑌶𑌨𑍈𑌃 । 𑌤𑌥𑍈𑌵 𑌸𑍇𑌵𑌿𑌤𑍋 𑌵𑌾𑌯𑍁𑌰𑌨𑍍𑌯𑌥𑌾 𑌹𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌸𑌾𑌧𑌕𑌮𑍍 ॥ ௧௫ ॥

(இ-ள்) சிங்கம்யானைபுலி முதலியவைகள் எப்படி மெல்லமெல்ல வசமாக்கப்படுகின்றனவோ, அதுபோல அப்பியசிக்கப்படும் வாயுவும் வசப்படும். அப்படிக்கில்லாமல் விரைவாகக் கொண்டால், அது சிங்கமுதலியவற்றைப்போல அப்பியாசியைக் கொல்லும். எ-று. (கரு)

(அ-கை) யுக்தாயுக்தங்களின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌯𑌾𑌮𑍇𑌨 𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑍇𑌨 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌰𑍋𑌗𑌕𑍍𑌷𑌯𑍋 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 । 𑌅𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌯𑍋𑌗𑍇𑌨 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌰𑍋𑌗𑌸𑌮𑍁𑌦𑍍𑌭𑌵𑌃 ॥ ௧௬ ॥

(இ-ள்) யுக்தமாகிய பிராணாயாமத்தினால் சகல ரோகங்களும் நாசமாகும். அயுக்தமாகிய அப்பியாசத்தையுடைய பிராணாயாமத்தால் சகலரோகங்களு முண்டாகும். எ-று.

ஆகாரமுதலியயுக்திபூர்வகமும், ஜாலந்தரமுதலிய பந்தமாகிய யுக்தியோடு கூடினதுமாகிய பிராணாயாமம், யுக்தமெனப்படும். (கசு)

(அ-கை) அயுக்தப்பிராணாயாமத்தினால் என்னென்னரோகங்களுண்டாகுமென்று கேட்குமிடத்துக் கூறுகின்றார்.

ஹிக்கா ச்வாஸச்ச காஸச்ச சிர:கர்ணாக்ஷிவேதநா: |
பவந்தி விவிதா ரோகா: பவநஸ்ய ப்ரகோபத: || கஎ ||

(இ-ள்) விக்கல், சுவாசம், காசம், தலைவலி, காதுவலி, கண்வலி யென்னும் நானாவிதரோகங்கள் வாயுவின் கோபத்தாலுண்டாகின்றன. எ-று.

நாநாவிதரோகங்க ளென்றமையால் சுரமுதலியவைகளுங் கொள்ளப்படும். (கஎ)

(அ-கை) வாயுவின் பிரகோபத்தால் பலவிதரோகங்களுண்டாகின்றமையால், அதற்குச் செய்யவேண்டியது யாதெனக் கூறுகின்றார்.

யுக்தம் யுக்தம் த்யஜேத்வாயும் யுக்தம் யுக்தம் ச பூரயேத் | யுக்தம் யுக்தம் ச பத்நீயாதேவம் ஸித்திமவாப்நுயாத் || கஅ ||

(இ-ள்) வாயுவை யுக்தம்யுக்தமாக விடவேண்டும். (இரேசிக்குங்காலத்து மெல்லமெல்லவே இரேசிக்கவேண்டும்; வேகமாக இரேசிக்கலாகாதென்பது பொருள்.) யுக்தம் யுக்தமாகப் (அற்பமுமதிகமுமில்லாமல்) பூரிக்கவேண்டும். யுக்தம்யுக்தமாக (ஜாலந்தரபந்தமுதலியவற்றோடு கூடியதாக)க் கும்பிக்கவேண்டும். இப்படி யப்பியசித்தலால் ஹடசித்தியை யடைகிறான். எ-று. (கஅ)

(அ-கை) யுக்தமாகிய பிராணாயாமத்தை அப்பியசித்தலாலுண்டாகின்ற நாடிசுத்தியின் இலக்ஷணத்தைக் கூறுகின்றார்.

யதா து நாடீசுத்தி: ஸ்யாத்ததா சிஹ்நாநி பாஹ்யத: |
காயஸ்ய க்ருசதா காந்திஸ்ததா ஜாயேத நிச்சிதம் ||

(இ-ள்) எந்தக்காலத்தில் நாடிகளுக்குச் சுத்தியுண்டாகின்றதோ, அந்தக்காலத்தில் வெளிச்சின்னங்கள் (இலக்ஷணங்கள்) உண்டாகின்றன. தேகத்தின் கிருசத்துவமு(மெலிவு)ம் காந்தியும் நிச்சயமாகவே யுண்டாகின்றன. எ-று.

ததா (அப்படியே) என்னுஞ் சொல்லால் உட்சின்னங்களு முண்டாகின்றன. (௧௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

யதேஷ்டதாரணம்வாயோரநலஸ்ய ப்ரதீபநம் | நா
தாபிவ்யக்திராரோக்யம்ஜாயதே நாடிசோதநாத் ||௨௦||

(இ-ள்) வாயுவை அநேகமுறை (இஷ்டப்படி) கும்பகத்தில் தரித்தலும், ஜடராக்கினியின் தீவனமும்,* நாதத்தின் பிரகடத்தன்மையும், ரோகமின்மையும் நாடிசோதனையா லுண்டாகின்றன. எ-று.

(அ-கை) மேதைமுதலியவை அதிகரித்திருந்தால், அதற்கு வேறு உபாயத்தைக் கூறுகின்றார்.

மேதச்லேஷ்மாதிக: பூர்வம் ஷட்கர்மாணி ஸமாசரே
த் | அந்யஸ்து நாசரேத்தாநி தோஷாணாம் ஸமபாவ
த: || || ௨௧ ||

(இ-ள்) மேதையு (கொழுப்பு)ம் சிலேஷ்மமு (கோழையு)ம் அதிகமாயுள்ளவன் முன்னமே (பிராணாயாமாப்பியாசகாலத்திலன்று; பிராணாயாமாப்பியாசத்திற்கு முன்னமே) இனிச் சொல்லப்படும் ஷட்(ஆறு) கருமங்களையும் செவ்வையாக ஆசரிக்கவேண்டும். தோஷங்கள் (வாதபித்தகபங்கள்) சமமாயிரு

(*) "வாயுவின் இரேசகபூரககும்பகங்களால் சகலநாடிகளும் சுத்தியாகுங்காலத்து, உள்ளே எப்போதும் அநேகவிதமாகிய அநாகதமென்னும் நாதம் பிரவிருத்திக்கு"மென்று யோகசாராவளியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

த்தலால் மற்ற (மேதையும் சிலேஷ்மமும் அதிகமாயில்லாத) வன் அவற்றை (ஆறுகருமங்களையும்) ஆசரிக்கவேண்டியதில்லை. எ-று. (உக)

(அ-கை) ஷட்கர்மங்களின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌧𑍌𑌤𑌿𑌰𑍍𑌬𑌸𑍍𑌤𑌿𑌸𑍍𑌤𑌥𑌾 𑌨𑍇𑌤𑌿𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌟𑌕𑌂 𑌨𑍌𑌲𑌿𑌕𑌂 𑌤𑌥𑌾 ।
𑌕𑌪𑌾𑌲𑌭𑌾𑌤𑌿𑌶𑍍𑌚𑍈𑌤𑌾𑌨𑌿 𑌷𑌟𑍍𑌕𑌰𑍍𑌮𑌾𑌣𑌿 𑌪𑍍𑌰𑌚𑌕𑍍𑌷𑌤𑍇 ॥ உஉ ॥

(இ-ள்) தௌதி, பஸ்தி, நேதி, திராடகம், நௌலிகம், கபாலபாதி என்னுமிவை ஷட்கருமங்க ளெனப்படுகின்றன. எ-று. (உஉ)

(அ-கை) இது இரகசியமென்பதையும், அதன் ஹேதுவையுங் கூறுகின்றார்.

𑌕𑌰𑍍𑌮𑌷𑌟𑍍𑌕𑌮𑌿𑌦𑌂 𑌗𑍋𑌪𑍍𑌯𑌂 𑌘𑌟𑌶𑍋𑌧𑌨𑌕𑌾𑌰𑌕𑌮𑍍 । 𑌵𑌿
𑌚𑌿𑌤𑍍𑌰𑌗𑍁𑌣𑌸𑌂𑌧𑌾𑌯𑌿 𑌪𑍂𑌜𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌯𑍋𑌗𑌿𑌪𑍁𑌙𑍍𑌗𑌵𑍈𑌃 ॥

(இ-ள்) கடசோதனத்தை (சரீரசுத்தியை)ச் செய்யும் தௌதிமுதலிய கர்மங்களாறும் மறைத்து (இரகசியமாய்) வைக்கத்தக்கனவாம். அதனால் விசித்திரகுணங்களைச் செய்யத் தக்கதாகிய இந்த ஷட்கருமம் யோகசிரேஷ்டர்களால் பூஜிக்கப் படுகின்றது. எ-று.

மறைத்து வைக்காவிடின் ஷட்கர்மம் அன்னியர்களாலும் செய்யப்படுவதாகின்றது. யோகிகளுக்குப் பூஜிக்கப்படுந்தன்மைபொருந்துகின்றதென்பது தாற்பரியம். இதனால், பிராணாயாமத்தினாலும் மேதைசிலேட்டுமமுதலியவற்றின் நாசம் சம்பவித்தலாலும், அப்படியே "𑌷𑌟𑍍𑌕𑌰𑍍𑌮𑌯𑍋𑌗𑌮𑌾𑌪𑍍𑌨𑍋𑌤𑌿 𑌪𑌵𑌨𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌤𑌤𑍍𑌪𑌰𑌃 ॥ பிராணாயாமாப்பியாசதற்பரன் ஷட்கர்மயோகத்தை யடைகிறான்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கும் பூர்வோத்

தாரோக்தத்திற்கும் இப்படியே சுவாரசியமிருத்தலாலும் இது வே ஷட்கருமத்தின் முக்கியபலமென்பது குறிப்பிக்கப்பட்ட து. (௨௧)

(அ-கை) தௌதிகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌚𑌤𑍁𑌰𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑌵𑌿𑌸𑍍𑌤𑌾𑌰𑌂 𑌹𑌸𑍍𑌤𑌪𑌞𑍍𑌚𑌦𑌶𑌾𑌯𑌤𑌮𑍍 । 𑌗𑍁-
𑌰𑍂𑌪𑌦𑌿𑌷𑍍𑌟𑌮𑌾𑌰𑍍𑌗𑍇𑌣 𑌸𑌿𑌕𑍍𑌤𑌂 𑌵𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌂 𑌶𑌨𑍈𑌰𑍍𑌗𑍍𑌰𑌸𑍇𑌤𑍍 ॥
𑌪𑍁𑌨𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌤𑍍𑌯𑌾𑌹𑌰𑍇𑌚𑍍𑌚𑍈𑌤𑌦𑍁𑌦𑌿𑌤𑌂 𑌧𑍌𑌤𑌿𑌕𑌰𑍍𑌮 𑌤𑌤𑍍 ॥

(இ-ள்) * நான்கங்குல அகலமும் பதினைந்து முழ நீளமும் உள்ள (கொஞ்சம் உஷ்ணமான ஜலத்தால் நனைந்த) சூக்ஷவஸ்திரத்தைக் குருவினு லுபதேசிக்கப்பட்ட மார்க்கமாக மெல்ல மெல்லக் கொஞ்சங் கொஞ்சமாய் விழுங்கவேண்டும். எ-று.

மல்மல் அல்லது ஜெநகந்நாதம் என்னும் மெல்லிய புதுத்துணித் துட்டையின் பட்டி (ஓர் துண்டு வஸ்திரம்) கொள்ளவேண்டும். இரண்டாவது நாள் இரண்டு முழமாகவும், மூன்றாவது நாள் மூன்று முழமாகவும், இப்படி நாளுக்குநாள் ஒவ்வொரு முழம் அதிகமாக விழுங்கவேண்டும். அதன் நுனியை முன் பற்களாற் கடித்துக்கொண்டு, நௌலிகர்மத்தால் வயிற்றிலுள்ள வஸ்திரத்தைச் செவ்வையாய் அலசி மறுபடியும் மெல்ல நைரியமாக வெளியே யிழுக்கவேண்டும். இது (†)தௌதிகர்

(*) தௌதிக்குரிய வஸ்திரம் நான்கல்லது ஆறங்குல அகலமும், எட்டல்லது பதினாறுமுழ நீளமுமுள்ளதென்று சிலரும், இருபது அல்லது பதினைந்துமுழ நீளமும், நாலுவிரற்கடை யகலமுமுள்ளதென்று சிலருங் கூறுவர்.

(†) (௧) ஜலதௌதி (௨) சூத்திரதௌதி (௩) வஸ்திரதௌதி (௪) பவனதௌதி யென்னும் வேறுபாட்டால் தௌதிக்கிரியை நாலு வகையாம். (௧) மிளகைத் தின்று கொஞ்சம் உஷ்ணமான ஒரு செம்பு ஜலத்தைச் சாப்பிட்டு, மறுபடியும் யுக்தியால் யானையைப் போல ஜலத்தை வெளிப்படுத்துதல், ஜலதௌதி. (௨) நூலால் திரிக்கப்பட்ட

மமென்று சித்தர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. (உ.ச)

(அ-கை) தௌதிகர்மத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

காஸஶ்வாஸப்லீஹகுஷ்டம் கபரோகாஶ்ச விம்ஶதி꞉ |
தௌதிகர்மப்ரபாவேந ப்ரயாந்த்யேவ ந ஸம்ஶய꞉ ||உரு||

(இ-ள்) காசம், சுவாசம், பிலீகம் (மண்ணீரல் உப்புதலா லுண்டாகும் வியாதி), குஷ்டம், இருபது கபரோகங்கள் என்னு மிவை தௌதிகர்மத்தின் பிரபாவத்தால் நாசமாகின்றன. இதிற் சமுசய மில்லை. எ-று. (உரு)

(அ-கை) இனிப் பஸ்திகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

நாபிதக்நஜலே பாயௌ ந்யஸ்தநாலோத்கடாஸந꞉ |
ஆதாராகுஞ்சநம் குர்யாத் க்ஷாலநம் வஸ்திகர்ம தத் || உசு ||

(இ-ள்) நாபியளவுள்ள (ஆறுமுதலியவற்றின்) ஜலத்திலிருந்து குதத்தில் நாளத்தை (குழலை)ச் செலுத்தி, (*)உத்கடா

பாதமுதல் சிரசளவினதாகிய கயிற்றை வாயின்வழியாய் வயிற்றிலிறக்கி அலசி வெளிப்படுத்துதல், சூத்திரதௌதியாம். (௩) வஸ்திரதௌதி, இது நூலாசிரியராற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (௪) இரண்டு கால்களா லுட்கார்ந்துகொண்டு கழுத்தை நீட்டி கொஞ்சம் வாயைத் திறந்து வெளியிலுள்ள காற்றை யிழுத்து உள்ளே நிரப்பி மறுபடியும் தைரியமாகவிடுதல், பவனதௌதி (பவனம்=காற்று). இந்தத் தௌதிக்கிரியை கோமுகாசனத்திலிருந்து செய்யத்தக்கதாம்.

(*) மேற்கூறியபடி உத்கடாசனத்திலாவது கோமுகாசனத்திலாவது இருந்துகொண்டு, அபானத்துவாரத்தால் ஜலத்தைக் கொஞ்சம்மேலே யிழுக்கவேண்டும். அதன்பின் சுவஸ்திகாசனத்தி லிருந்துகொண்டு அந்த ஜலத்தைச் செவ்வையா யிழுத்து, நாபிக்குமேல் இருதயம்வரையில் செலுத்தவேண்டும். மறுபடியும் உத்கடாசனத்தால் ஜலத்தைக் கிரகித்து முன்போல் சுவஸ்திகத்திலிருந்து மேற்செலுத்தவேண்டும். இப்படி பஸ்திசுவஸ்திகங்களால் வயிறுமுழுவதையும் ஜலத்தால் நிரப்

சனமாக வுட்கார்ந்துகொண்டு ஜலம் உள்ளே பிரவேசிக்கும்வண்ணம் ஆதார (குத) த்தைச் சுருக்கவேண்டும். பின் உட்சென்ற நீரை நௌலிகர்மத்தால் அலசி வெளியே விடவேண்டும். எ-று.

இங்கே * நாளமென்றது மூங்கிற்குழல். அதைச் சுண்டுவிரல் நுழையத்தக்க துவாரமுள்ளதும், ஆறங்குலம் நீளமுள்ளதுமாகக் கொண்டு, நான்கங்குல அளவு குதத்திற் செலுத்தி, இரண்டங்குல அளவு வெளியில் வைக்கவேண்டும். இரண்டு குதிகாலிலும் இரண்டுகடிதடங்களையும் வைத்துக் கால்விரல்களா லிருத்தல், உத்கடாசனமாம். தௌதி, பஸ்தியென்னுமிரண்டு கருமங்களையும் போஜனத்திற்குமுன்பே செய்யவேண்டும். அதன்பின் போஜனஞ்செய்யச் சிறிதும் தாமதிக்கலாகாது. சிலர் முன்னர் மூலாதாரத்தால் வாயுவை ஆகருஷி (இழு)த்தலை அப்பியசித்து, ஜலத்தில் நின்றுகொண்டு குதத்தில் நாளத்தைச் செலுத்தாமலே பஸ்திகர்மத்தை அப்பியசிக்கின்றார்கள். அப்படிச் செய்யுமிடத்து, ஜலமுழுவதும் வெளியில் வராது. அதனாற் பலரோகங்களும் தாதுக்ஷயமுதலியவைகளும் சம்பவிக்குமாகையால், அப்படிப் பஸ்திகர்மம் விதிக்கப்படவில்லை. மற்றெப்படியெனின், சுவாத்துமாராமர் குதத்தில்

பி வயிற்றை விசேஷமாய்ச் சுழற்றுவதனால் (நௌலிகர்மத்தினால்) குடலின் சந்துகளிலும் குடலிலு மிருக்கும் பக்குவமானவைகளும் பக்குவமாகாதவைகளும், இறுகினவைகளும், இளகினவைகளுமாகிய மலங்களைக் கரைத்துப், பின் வேகமில்லாமல் கிரமமாக வெளியே விடவேண்டும். இதனால் வயிறு வெளுத்தவஸ்திரம்போல் தோஷநீங்கிப் பரிசுத்தமாகின்றது. பஸ்தியும், ஜலபஸ்தி வாயுபஸ்தியென இருவகையாம். ஜலத்தை யிழுத்தல் ஜலபஸ்தி. வாயுவை யிழுத்தல் வாயுபஸ்தி. பஸ்திகர்மத்தில் கோமுகமே சிலாக்கியமாக அநுபவிக்கப்பட்டுள்ளது.

(*) இங்கே பொதுவாக நாளமென்றமையாற் சிறிய வழவழப்புள்ள ஏந்தநாளமும் கொள்ளலாம்.

கானத்தைச் செலுத்தி யென்று சொல்லியபிரகாரம் விதிக்கப்படுகின்றது.

(அ-கை) பஸ்திகர்மத்தின் குணங்களை இரண்டு சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

𑌗𑍁𑌲𑍍𑌮𑌪𑍍𑌲𑍀𑌹𑍋𑌦𑌰𑌂 𑌚𑌾𑌪𑌿 𑌵𑌾𑌤𑌪𑌿𑌤𑍍𑌤𑌕𑌫𑍋𑌦𑍍𑌭𑌵𑌾𑌃 ।
𑌬𑌸𑍍𑌤𑌿𑌕𑌰𑍍𑌮𑌪𑍍𑌰𑌭𑌾𑌵𑍇𑌣 𑌕𑍍𑌷𑍀𑌯𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌸𑌕𑌲𑌾𑌮𑌯𑌾𑌃 ‖ ௨௭ ‖

(இ-ள்) குன்மமும், பிலீஹமும், ஜலோதரமும், வாதபித்தகபங்களா லுண்டாகும் சகல ரோகங்களும் பஸ்திகர்மப்பிரபாவ (சாமர்த்திய) த்தால் நசிக்கின்றன. எ-று. (௨௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌧𑌾𑌤𑍍𑌵𑌿𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌿𑌯𑌾𑌨𑍍𑌤𑌃𑌕𑌰𑌣𑌪𑍍𑌰𑌸𑌾𑌦𑌂 𑌦𑌦𑍍𑌯𑌾𑌚𑍍𑌚 𑌕𑌾𑌨𑍍𑌤𑌿𑌂 𑌦𑌹𑌨𑌪𑍍𑌰𑌦𑍀𑌪𑍍𑌤𑌿𑌂 ।
𑌅𑌶𑍇𑌷𑌦𑍋𑌷𑍋𑌪𑌚𑌯𑌂 𑌨𑌿𑌹𑌨𑍍𑌯𑌾𑌦𑌭𑍍𑌯𑌸𑍍𑌯𑌮𑌾𑌨𑌂 𑌜𑌲𑌬𑌸𑍍𑌤𑌿𑌕𑌰𑍍𑌮 ‖ ‖ ௨௮ ‖

(இ-ள்) ஜலத்திலிருந்து அனுஷ்டிக்கப்படும் (அப்பியசிக்கப்படும்) பஸ்திகர்மமானது இரசம், தோல், மாமிசம், மேதை, அஸ்தி, மச்சை, சுக்கிலம் என்னும் தாதுக்கள்; சுரோத்திரம், துவக்கு, சக்ஷு, சிங்ஙுவை, ஆக்கிராணம் என்னும் ஞானேந்திரியங்கள்; வாக்கு, பாணி, பாதம், பாயுரு, உபஸ்தம் என்னும் கர்மேந்திரியங்கள்; மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்னும் அந்தக்கரணங்களென்னுமிவற்றின் பிரசாதத்தையும், காந்தியையும், ஜடாக்கினியின் தீப்தி (விருத்தி)யையும் தருகின்றது. வாதபித்தகபமென்னும் சகலதோஷங்களின் விருத்திக்ஷயங்களைக் கெடுக்கின்றது. (தோஷங்களின் சமத்தன்மையாகிய ஆரோக்கியத்தைச் செய்கின்றதென்பது பொருள்). எ-று.

பரிதாபம், விக்ஷேபம், சோகம், மோகம், கௌரவம், ஆவரணம், தைந்நியம் (இஷ்டம்) முதலிய ராஜசதாமததர்மங்களை

நிவர்த்தித்தலா லுண்டாகும் சுகம், பிரகாசம், இலாகவம் (கனமின்மை) முதலிய சாத்துவிக தர்மங்களின் ஆவிர்ப்பாவம், பிரசாதமாம். க்ஷயம் என்பது உபலக்ஷணத்தாற் கொள்ளப்பட்டது.

(அ-கை) இனி நேதிகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

सूत्रं वितस्तिसुस्निग्धं नासानाले प्रवेशयेत् ।
मुखान्निर्गमयेच्चैषा नेतिः सिद्धैर्निगद्यते ॥ ॥ ௨௬ ॥

(இ-ள்) ஒருசாண் அளவுள்ளதும், முடிச்சுமுதலியவைகளில்லாததுமாகிய சூத்திரத்தை நாசித்துவாரத்திற் செலுத்தி வாயின்வழியாயும் இழுக்கவேண்டும். இது நேதிகர்மமென்று சித்தர்களாற் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

சாண் * என்னும் உபலக்ஷணம் அதிகத்திற்குமாம். ஒன்பது பத்து அல்லது பதினைந்து புரியாய்த் திரிக்கப்பட்டுத் திடமாயுள்ள சூத்திரம் கொள்ளத்தக்கது. சூத்திரத்தின் நுனியை நாசித்துவாரத்தில் நுழைத்து மற்ற நாசியை விரலாற் றடுத்துப் பூரகம் செய்யவேண்டும். மறுபடியும் வாயினால் இரேசிக்கவேண்டும். அடிக்கடி இப்படிச் செய்வதனால் வாயில் சூத்திரத்தி னுனி வருகின்றது. அந்தச் சூத்திர நுனியையும், நாசிவெளியிலிருக்கும் சூத்திர நுனியையும் பிடித்துக்கொண்டு மெல்ல அசைக்கவேண்டும்.

சகாரத்தால் (உம்மையால்) ஒரு நாசித்துவாரத்திற் செலுத்தி, மற்ற நாசித்துவாரத்தால் வெளிப்படுத்தவேண்டுமென்பதும் சொல்லப்பட்டது. அதாவது ஒரு நாசித்துவாரத்தில் நூல்நுனியைச் செலுத்தி, மற்ற நாசித்துவாரத்தை விரலால்

---

* எலிவாலைப் போன்ற ஆறுசாணளவுள்ள கயிறென்று ஹடரத்நாவளியில் கூறியிருக்கின்றது.

தடுத்துப் பூரகஞ்செய்ய (இழுக்க) வேண்டும். பிறகு மற்ற நாசித்துவாரத்தில் இரேசிக்க (வெளிப்படுத்த) வேண்டும். அடிக்கடி இப்படிச் செய்வதினால் மற்ற நாசித்துவாரத்தால் சூத்திரத்தின் நுனி வருகின்றது. அதை மூன்போல சாலனஞ் செய்ய (அசைக்க) வேண்டும். இதுவும் அனேகமுறை செய்தால் ஒரு முறை யுண்டாகும். (உகூ)

(அ-கை) நேதியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌕𑌪𑌾𑌲𑌶𑍋𑌧𑌿𑌨𑍀 𑌚𑍈𑌵 𑌦𑌿𑌵𑍍𑌯𑌦𑍃𑌷𑍍𑌟𑌿𑌪𑍍𑌰𑌦𑌾𑌯𑌿𑌨𑍀 । 𑌜
𑌤𑍍𑌰𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌜𑌾𑌤𑌰𑍋𑌗𑍌𑌘𑌂 𑌨𑍇𑌤𑌿𑌰𑌾𑌶𑍁 𑌨𑌿𑌹𑌨𑍍𑌤𑌿
𑌚 ॥ ॥ ௩0 ॥

(இ-ள்) கபாலசுத்தியைச் செய்வதும் திவ்வியமாகிய திருஷ்டியைத் தருவதுமாகிய நேதிக்கிரியை தோளின் மேற்பாகத்தி லுண்டாகும் வியாதிகளை விரைவிற் கெடுக்கின்றது. எ-று.

சுலோகத்தின் முதல் சகாரத்தால் (உம்மையால்) நாசித்துவாரங்களின் சுத்தியும் கொள்ளப்படும். இரண்டாவது சகாரம் (உம்மை) அசை. (௩0)

(அ-கை) திராடகத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌨𑌿𑌰𑍀𑌕𑍍𑌷𑍇𑌨𑍍𑌨𑌿𑌶𑍍𑌚𑌲𑌦𑍃𑌶𑌾 𑌸𑍂𑌕𑍍𑌷𑍍𑌮𑌲𑌕𑍍𑌷𑍍𑌯𑌂 𑌸𑌮𑌾𑌹𑌿𑌤𑌃 ।
𑌅𑌶𑍍𑌰𑍁𑌸𑌮𑍍𑌪𑌾𑌤𑌪𑌰𑍍𑌯𑌨𑍍𑌤𑌮𑌾𑌚𑌾𑌰𑍍𑌯𑍈𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌟𑌕𑌂 𑌸𑍍𑌮𑍃
𑌤𑌮𑍍 ॥ ॥ ௩௧ ॥

(இ-ள்) ஏகாக்கிரசித்தனாய் நிச்சலமாகிய (அசைவற்ற) பார்வையால் சூக்ஷ்மமாகிய லக்ஷியத்தைக் கண்ணீர் விழும்வரையில் பார்க்கவேண்டும். இது * திராடகமென்று மச்சேந்

---

* பிராதக்காலத்தி லெழுந்து சுகாசனத்திலிருந்துகொண்டு, கண்களைத் திறந்து திராடகமொன்றனையே யப்பியாசிக்கவேண்டும். மிக நின்மலமாகிய அந்த இலட்சியத்தைச் சிந்தைகள் நீங்கியவனாயிருந்து

திரர் முதலிய ஆசாரியர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

(அ-கை) திராடகத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌮𑍋𑌚𑌨𑌂 𑌨𑍇𑌤𑍍𑌰𑌰𑍋𑌗𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌤𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌾𑌦𑍀𑌨𑌾𑌂 𑌕𑌵𑌾
𑌟𑌕𑌮𑍍 । 𑌯𑌤𑍍𑌨𑌤𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌟𑌕𑌂 𑌗𑍋𑌪𑍍𑌯𑌂 𑌯𑌥𑌾 𑌹𑌾𑌟𑌕𑌪𑍇𑌟
𑌕𑌮𑍍 ॥ ॥ ௩௨ ॥

(இ-ள்) நேத்திரரோகங்களைக் கெடுப்பதாயும், தந்திரை முதலியவற்றை அடக்குவதாயுமுள்ள திராடகமானது பிரயத்தனத்தால் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம்; பொன்னைத்திருக்கும் பெட்டி மறைத்து வைக்கப்படுவதுபோல. எ-று.

நித்திரைக்குமுன் வரும் சோம்பலாகிய தாமதகுணத்தின் விருத்தி தந்திரையெனப்படும். (௩௨)

(அ-கை) இனி நௌலிகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌅𑌮𑌨𑍍𑌦𑌾𑌵𑌰𑍍𑌤𑌵𑍇𑌗𑍇𑌨 𑌤𑍁𑌨𑍍𑌦𑌂 𑌸𑌵𑍍𑌯𑌾𑌪𑌸𑌵𑍍𑌯𑌤𑌃 । 𑌨
𑌤𑌾𑌂𑌸𑍋 𑌭𑍍𑌰𑌾𑌮𑌯𑍇𑌦𑍇𑌷𑌾 𑌨𑍌𑌲𑌿𑌃 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑍈𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌶𑌸𑍍𑌯
𑌤𑍇 ॥ ॥ ௩௩ ॥

(இ-ள்) தோள்களை வளைத்துக்கொண்டு வயிற்றை வல

பார்க்கவேண்டும். இவ்வப்பியாசத்தால் வாயுவும்நேத்திரமும் ஸ்திரத்தன்மையை யடைகின்றன. இப்படி இலக்ஷியதீக்ஷையைச் செய்து, சிறிது நேரம் கண்களை மூடிப், பிறகு திடீரெனத் திறந்து, எதிரில் நிச்சலமாகிய ஆகாயத்தை ஏகாக்கிரசித்தனாய் சூரியபிம்பம் தோற்றும்வரையில் பார்க்கவேண்டும். இதனால் மிகநின்மலமாகிய திருஷ்டியுண்டாம். இத்திராடகம் நாசிநுனியிற் சித்திக்கின், சாதகன் க்ஷணத்தில் தேகவியாதியின் கிலேசங்க ளில்லாதவனாகின்றான். புருவநடுவில் நிறுத்தி எப்போதும் அப்பியசித்தால், கேசரியையும், திவ்யதிருஷ்டியையும், யோகிகளுக்கு யோகபலமாகிய சித்தியையும் தரும். இதனால் சிரோகமலத்திலுள்ள வாயுவும் இருதயமும் திரும்பி ஒழுங்குடையனவாகின்றன. திராடகத்தின் திடாப்பியாசததால் கூர்மவாயுவும், மூலபந்தத்தால் அபானவாயுவும், ஜாலந்தரத்தால் உதானனும், சாலனத்தால் சமானவாயுவும் பிராணவாயுவும் ஜயிக்கப்படுகின்றன.

மிடமாக நீர்ச்சுழியைப்போல் அதிவேகமாய்ச் சுற்றவேண்டும். இது சித்தர்களால் * நௌலி யென்று சொல்லப்படுகின்றது. எ-று. (௩௩)

(அ-கை) நௌலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

मन्दाग्निसन्दीपनपाचनादि सन्धापिकानन्दकरी
सदैव । अशेषदोषामयशोषणी च हठक्रिया
मौलिरियं च नौलिः ॥ ॥ ௩௪ ॥

(இ-ள்) இந்த நௌலி அக்கினிமந்தத்தைக் கெடுத்தல் (ஜடராக்கினியைச் செவ்வையா யெழுப்புதல்), ஜீரணஞ்செய்தல் முதலியவற்றைச் செய்வதாயும், எப்போதும் ஆநந்தத்தைச் செய்வதாயும், (வாதாதி) சகல ரோகங்களையும் கெடுப்பதாயும், (தௌதிபஸ்தியென்னு மிரண்டுக்கும் இது வேண்டியதாயிருத்தலால்) தௌதியாதி ஹடக்கிரியைகளுக்கு முடி (கிரீடம்) போல் உத்தமமாயு மிருக்கின்றது. எ-று.

முதலியவென்னுஞ் சொல்லால் மலசுத்திமுதலியவைகளுங் கொள்ளப்படும். (௩௪)

(அ-கை) இனிக் கபாலபாதியையும் அதன் குணத்தையும் கூறுகின்றார்.

भस्त्रावल्लोहकारस्य रेचपूरौ ससंभ्र
मौ । कपालभातिर्विख्याता कफदोषविशो
षणी ॥ ॥ ௩௫ ॥

(*) பாகியம் ஆந்தரமென நௌலி யிரண்டுவகையாம். அவற்றுள் பாகியநௌலி நூலாசிரியராற் சொல்லப்பட்டது. ஆந்தரநௌலியை ஹடரத்நாவளியில் "இடைகலையினால் வேகமாய்ச் சுழற்றி, அப்படியே பின்கலையினாலுஞ் சுழற்றிப், பின் அவ்விரண்டினாலும் சுழற்றவேண்டும். இவ்வாந்தரநௌலி யென்றுஞ் சொல்லப்பட்டது" என்று ஸ்ரீநிவாசயோகீந்திரர் கூறியிருக்கின்றனர். நௌலியைச் சுவஸ்திகாசனத்திலிருந்து செய்யவேண்டும்.

(இ-ள்) கொல்லன் துருத்தியைப்போல் வேகத்தோடு இரேசகபூரகம் செய்தல், கபாலபாதி யெனப்படும். அது இருபது கபரோகங்களையும் கெடுக்கும். எ-று.

"கபரோகாஸ்து விம்ஸதி:" "கபரோகங்களிருபதாம்" என்று நிதானமென்னும் நூலில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௩௫)

(அ-கை) ஷட்கருமங்கள் பிராணாயாமத்திற்கு உபகாரமுள்ளனவா மென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஷட்கர்மநிர்கதஸ்தௌல்யகபதோஷமலாதிக꞉ | ப்ரா
ணாயாமம் தத꞉ குர்யாதநாயாஸேந ஸித்யதி ||௩௬||

(இ-ள்) தௌதிமுதலிய (*) ஷட்கருமங்களால் ஸ்தூலத்தன்மையும் கபதோஷமுதலிய மலங்களும் நீங்கியபின் பிரா

(*) "ஷட்கர்மங்களோடு சக்கிரிகர்மம் ஸ்ரீ சுவாத்துமாராமயோகீந்திரரால் சொல்லப்படாவிடினும், அப்பியாசிகளுக்குச் சாதகமாக என்றுஞ் சொல்லப்படுகின்றது" என்று ஹடாந்தவெளியிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

சக்கிரிகருமம்:—நடுவிரலிரண்டையும் [illegible] யெண்ணெயிலாவது நெய்யிலாவது தோய்த்துக், குதத்துவாரத்துட் செலுத்தி, மெல்ல வாயுவை இருதயம்வரையி லிழுத்துக், குதம் அகலமாகும்படி மூன்று நான்கு முறை செவ்வையாய்ச் சுழற்றவேண்டும். இப்படி அஜீரணாதி தோஷங்கள் நீங்கும்வரையிற் செய்யவேண்டும். இது சக்கிரிகர்ம மெனப்படும். இதனால் குடலில் தங்கியிருக்கும் நாற்றமுள்ள துர்மலங்களின் நீக்கமும், மூலசக்கரத்தின் விரிவும், சூலை, குன்மமுதலிய ரோகங்களின் நாசமும், தீபனமும் உண்டாகும். இதிற் சம்சயமில்லை.

கிலிகர்மம்:— சுட்டுவிரல்நடுவிரல்களால் உண்ணாக்கைப் பிடித்து அடிக்கடி மத்தித்தல், கிலிகர்மமாம். இது சந்துக்களி லொட்டியிருக்கும் கபதோஷங்களை நீக்கும். வஜ்ரோலி, சங்கப்பிரக்ஷாளனமுதலியவற்றையும் இக்கிரியைகளோடு சேர்த்துக் கூறுவர்.

ணாயாமம் செய்யவேண்டும். அதனால் (ஷட்கர்மபூர்வகமாகிய பிராணாயாமத்தால்) யோகம் வருத்தமில்லாமற் சித்திக்கின்றது. எ-று.

கபதோஷாதிஷு என்பதிலுள்ள முதலியவெனுஞ் சொல்லால் பித்தமுதலியவைகளும் நீங்கியபின் என்று கொள்க. ஷட்கர்மம் செய்யாவிடின் பிராணாயாமத்தி லதிகவருத்த முண்டாகு மென்பது தாற்பரியம். (௩௬)

(அ-கை) மதபேதத்தால் ஷட்கருமங்களி னுபயோகமின்மையைக் கூறுகின்றார்.

𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌯𑌾𑌮𑍈𑌰𑍇𑌵 𑌸𑌰𑍍𑌵𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌶𑍁𑌷𑍍𑌯𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌮𑌲𑌾 𑌇𑌤𑌿 । 𑌆𑌚𑌾𑌰𑍍𑌯𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌤𑍁 𑌕𑍇𑌷𑌾𑌂𑌚𑌿𑌦𑌨𑍍𑌯𑌤𑍍𑌕𑌰𑍍𑌮 𑌨 𑌸𑌂𑌮𑌤𑌮𑍍 ॥ ௩௭ ॥

(இ-ள்) பிராணாயாமத்தினாலேயே சகலமலங்களும் கெடுகின்றன வென்னு மேதுவால் யாஞ்ஞவல்கியர் முதலிய சில ஆசாரியர்களுக்கு அந்நியமாகிய ஷட்கர்மங்கள் சம்மதயில்லை. எ-று.

வஜ்ரோலி:— இலிங்கத்துவாரத்தால் ஜலமுதலியவற்றை உள்ளேயிழுத்து விடுதல், வஜ்ரோலியாம்.

சங்கப்பிரக்ஷாளனம்:—வாயினால் நீரைக்குடித்து மூலத்துவாரத்தால் வெளிப்படுத்துதல், அல்லது மூக்குத்துவாரத்தால் ஜலத்தையிழுத்து வாயின் வழியாய் விடுதல், அல்லது மூக்கின் ஒருதுவாரத்தால் ஜலத்தையிழுத்து மற்றொரு துவாரத்தால் விடுதல், சங்கப்பிரக்ஷாளன மெனப்படும். இது கப பித்தங்களைக் கெடுக்கும்.

இக்கருமங்களுள் தௌதிமுதலிய ஆறு அல்லது எட்டு யோகத்திற்கு முதலிலேயே பிரயோசனமுடையனவாம். வீரியஸ்தானத்தைச் சோதிக்கும்பொருட்டு வஜ்ரோலியும், சமாதிகாலத்தில் மிஞ்சியிருக்கும் மலத்தை நிவர்த்தித்தலால், வெகுகாலம் வரையிலும் சமாதி நிலைக்கும்பொருட்டு சங்கப்பிரக்ஷாளனமும் வேண்டப்படும். கும்பகத்தின் விருத்தியின்பொருட்டு கபாலபாதி விரும்பப்படும்.

ஆசாரியரிலக்ஷணம் “ 𑌆𑌚𑌿𑌨𑍋𑌤𑌿 𑌹𑌿 𑌶𑌾𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌰𑍍𑌥𑌾𑌨𑌾𑌚𑌾𑌰𑍇 𑌸𑍍𑌥𑌾𑌪𑌯𑌤𑍍𑌯𑌪𑌿 । 𑌸𑍍𑌵𑌯𑌮𑌾𑌚𑌰𑌤𑍇 𑌯𑌸𑍍𑌮𑌾𑌦𑌾𑌚𑌾𑌰𑍍𑌯𑌸𑍍𑌤𑍇𑌨 𑌕𑍀𑌰𑍍𑌤𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ சாஸ்திரார்த்தங்களை விரித்து (பாவஞ்செய்து) உலகத்தாரையும் சாஸ்திரத்திற் கூறிய ஆசாரத்தில் ஸ்தாபித்துத், தானும் அவ்வாசாரத்தை யாசரிக்கின்றபடியால் ஆசாரியனெனப்படுகின்றனர்” என்று வாயுபுராணத்திற் சொல்லப்படுகின்றது.

(அ-கை) கஜகரணியைக் கூறுகின்றார்.

𑌉𑌦𑌰𑌗𑌤𑌪𑌦𑌾𑌰𑍍𑌥𑌮𑍁𑌦𑍍𑌵𑌮𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌪𑌵𑌨𑌮𑌪𑌾𑌨𑌮𑍁𑌦𑍀𑌰𑍍𑌯
𑌕𑌣𑍍𑌠𑌨𑌾𑌲𑍇 । 𑌕𑍍𑌰𑌮𑌪𑌰𑌿𑌚𑌯𑌵𑌶𑍍𑌯𑌨𑌾𑌡𑌿𑌚𑌕𑍍𑌰𑌾 𑌗𑌜𑌕𑌰𑌣𑍀
𑌤𑌿 𑌨𑌿𑌗𑌦𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌹𑌠𑌜𑍍𑌞𑍈𑌃 ॥ ॥ ௩௮ ॥

(இ-ள்) யோகிகள் அபானவாயுவைக் கண்டநாளத்தில் எழுப்பிச், சாப்பிட்ட அன்னத்தையும் குடித்தஜலத்தையும் வாந்தி செய்கின்றார்கள். கிரமமாக * அப்பியசித்தலால் நாடிச்சக்கரங்கள் அவாதீனமாகும். இந்தக்கிரியை ஹடயோகமுணர்ந்தவர்களால் கஜகரணியென்று சொல்லப்படுகிறது. எ-று.

𑌕𑍍𑌰𑌮𑌪𑌰𑌿𑌚𑌯𑌵𑌶𑍍𑌯𑌨𑌾𑌡𑍀𑌮𑌾𑌰𑍍𑌗𑌃 ॥ என்று சிலபாடம் உண்டு. அதன் பொருள்:— கிரமமாகிய அப்பியாசத்தால் எதில் சங்கினிநாடியின் மார்க்கம் கழுத்தளவும் வசமாகின்றதோ, அப்படிப்பட்ட இந்தக்கிரியை என்பதாம். (௩௮)

(*) கிரமமாக அப்பியசித்தலாவது:— முன்னே உத்கடாசனத்தில் சமசரீரமாயிருந்துகொண்டு, நௌலியால் அனலை யெழுப்பித் தொண்டையை அபானனை எழுப்பும்வழியாக்கி, முன் உட்கொண்ட அன்னபானங்களை வாந்திசெய்யவேண்டும். அதாவது உத்கடாசனத்திலிருந்து கொண்டு கைகளை மூடி முழந்தாள்களின்மேல் செவ்வையாய் வைத்து, அதன்பின் குனிந்து வாயுவை மேலிழுத்து வேகமாய் உட்கொண்டவற்றைக் கக்கவேண்டும். உட்கொண்டவைகள் ஒருக்கால் வராவிடின், அப்போது வளைந்த கடிப்பிரதேசத்தை எழுப்பியிருந்துகொண்டு, இரண்டுமுழந்தாள்களையும் முன்கைகளாற் பிடித்துக்கொண்டு முன்போல் வாந்திசெய்க. இது கஜகரணியை யப்பியசிக்கும் கிரமம்.

(அ-கை) சர்வோத்தமர்களால் அப்பியசிக்கப்பட்டதாயும், மேலான பிரயோசனமுடையதாயுமிருத்தலால், பிராணாயாமம் அவசியமப்பியசிக்கத்தக்கதாமெனச் சூசிப்பித்துக் கூறுகின்றார்.

𑌬𑍍𑌰𑌹𑍍𑌮𑌾𑌦𑌯𑍋𑌽𑌪𑌿 𑌤𑍍𑌰𑌿𑌦𑌶𑌾𑌃 𑌪𑌵𑌨𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌤𑌤𑍍𑌪𑌰𑌾𑌃 ।
𑌅𑌭𑍂𑌵𑌨𑍍𑌨𑌨𑍍𑌤𑌕𑌭𑌯𑌾𑌤𑍍 𑌤𑌸𑍍𑌮𑌾𑌤𑍍 𑌪𑌵𑌨𑌮𑌭𑍍𑌯𑌸𑍇𑌤𑍍 ॥ ௩௯ ॥

(இ-ள்) (*) பிரமாதிதேவர்களும் காலனது பயத்தால், இரேசகபூரககும்பகபேதமென்னும் பின்னப்பிராணாயாமானுஷ்டானத்தில் தற்பரர்களாயிருந்தார்கள். ஆகையால் பிராணாயாமத்தையப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

பிரமாதிகளும் அப்பியசித்தார்களெனின் மற்றவர்களுக்குக் கேட்பானேன். (௩௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌯𑌾𑌵𑌦𑍍𑌬𑌦𑍍𑌧𑍋 𑌮𑌰𑍁𑌦𑍍𑌦𑍇𑌹𑍇 𑌯𑌾𑌵𑌚𑍍𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌂 𑌨𑌿𑌰𑌾𑌕𑍁𑌲𑌂 ।
𑌯𑌾𑌵𑌦𑍍𑌦𑍃𑌷𑍍𑌟𑌿𑌰𑍍𑌭𑍍𑌰𑍁𑌵𑍋𑌰𑍍𑌮𑌧𑍍𑌯𑍇 𑌤𑌾𑌵𑌤𑍍𑌕𑌾𑌲𑌭𑌯𑌂 𑌕𑍁𑌤𑌃 ॥

(இ-ள்). எவ்வளவு காலம் வரையிலும் பிராணவாயு சரீரத்திற் கட்டுப்பட்டு (சுவாச, உசுவாசக்கிரியைகளில்லாததாய்) இருக்கின்றதோ, எவ்வளவு காலம் அந்தக்கரணம் வியாகூலமில்லாமல் (ஏகாக்கிரமாய்) இருக்கின்றதோ, எது வரையில் புருவமத்தியில் திருஷ்டி (அந்தக்கரணவிருத்தி) இருக்கின்றதோ, அவ்வளவு காலம்வரையில் காலனினின்றும் அச்சமேது. ஒருவி

(*) இது "அற்பகாலபயத்தினால் பிரமாவானவர் பிராணாயாமப் பழக்கஞ்செய்தார். ஆகையால் யோகிகளும் முனிகளும் பிராணாயாமம் செய்யவேண்டும்" என்று யோகசூடாமணியுபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் "நாநாவிதயோகங்கள் பிராணாயாமத்தினால் சித்திக்கின்றன. பிராணாயாமமில்லாத சகலயோகங்களும் நிஷ்பலமா" மென்னும் இராஜசித்தாந்தராஜயோகத்தின் வாக்கியத்தாலும் பிராணாயாமம் அப்பியசிக்கத்தக்கதாம்.

தத்தானுமில்லை. எ-று.

அப்படியே “𑌖𑌾𑌦𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌨 𑌚 𑌕𑌾𑌲𑍇𑌨 𑌬𑌾𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌨 𑌚 𑌕𑌰𑍍𑌮𑌣𑌾 । 𑌸𑌾𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌨 𑌸 𑌕𑍇𑌨𑌾𑌪𑌿 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑌃 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌨𑌾 । சமாதியோடுகூடிய யோகியானவன் காலனால் உண்ணப்படான். கர்மத்தால் பாதிக்கப்படான். எதனாலும் சாதிக்கப்படான்” என்று சொல்லப்படும். இதனால் சுவாதீனமுடையவனாகின்றானென்பது பொருள். இங்கே திருஷ்டி யென்பது ஞான சாமாணியம். (௯௦)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌵𑌿𑌧𑌿𑌵𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌸𑌂𑌯𑌾𑌮𑍈𑌃 𑌨𑌾𑌡𑍀𑌚𑌕𑍍𑌰𑍇 𑌵𑌿𑌶𑍋𑌧𑌿𑌤𑍇 ।
𑌸𑍁𑌷𑍁𑌮𑍍𑌣𑌾𑌵𑌦𑌨𑌂 𑌭𑌿𑌤𑍍𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌸𑍁𑌖𑌾𑌦𑍍𑌵𑌿𑌶𑌤𑌿 𑌮𑌾𑌰𑍁𑌤𑌃 ॥ (௯௧)

(இ-ள்) ஆசனம் ஜாலந்தரபந்தமுதலிய விதியோடுகூடிய பிராணாயாமத்தால் நாடிசமூகங்கள் நிர்மலமானால், வாயு இடைபிங்கலைகட்கு மத்தியிலுள்ள சுழுமுனைநாடியின் முக (துவார)த்தைத் திறந்துகொண்டு அநாயாசமாகச் சுழுமுனைக்குட் பிரவேசிக்கும். எ-று (௯௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌮𑌾𑌰𑍁𑌤𑍇 𑌮𑌧𑍍𑌯𑌸𑌂𑌚𑌾𑌰𑍇 𑌮𑌨𑌃𑌸𑍍𑌥𑍈𑌰𑍍𑌯𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 ।
𑌯𑍋 𑌮𑌨𑌃𑌸𑍁𑌸𑍍𑌥𑌿𑌰𑍀𑌭𑌾𑌵𑌃 𑌸𑍈𑌵𑌾𑌵𑌸𑍍𑌥𑌾 𑌮𑌨𑍋𑌨𑍍𑌮𑌨𑍀 ॥ ॥ ௯௨ ॥

(அ-கை) சர்வோத்தமர்களால் அப்பியசிக்கப்பட்டதாயும், மேலான பிரயோசனமுடையதாயு மிருத்தலால், பிராணயாமம் அவசிய மப்பியசிக்கத்தக்கதாமெனச் சூசிப்பித்துக் கூறுகின்றார்.

ப்ரஹ்மாதயோ(அ)பி த்ரிதஶா: பவநாப்யாஸதத்பரா: |
அபூவந்நந்தகபயாத் தஸ்மாத் பவநமப்யஸேத் || ௩௯ ||

(இ-ள்) (*) பிரமாதிதேவர்களும் காலனது பயத்தால், இரேசகபூரககும்பகபேதமென்னும் பின்னப்பிராணயாமாநுஷ்டானத்தில் தற்பரர்களாயிருந்தார்கள். ஆகையால் பிராணயாமத்தையப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

பிரமாதிகளும் அப்பியசித்தார்களெனின் மற்றவர்களுக்குக் கேட்பானேன். (௩௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

யாவத்பத்தோ மருத்தேஹே யாவச்சித்தம் நிராகுலம் |
யாவத்த்ருஷ்டிர்ப்ருவோர்மத்யே தாவத்காலபயம் குத: ||

(இ-ள்). எவ்வளவு காலம் வரையிலும் பிராணவாயு சரீரத்திற் கட்டுப்பட்டு (சுவாச, உசுவாசக்கிரியைகளில்லாததாய்) இருக்கின்றதோ, எவ்வளவு காலம் அந்தக்கரணம் வியாகூலமில்லாமல் (ஏகாக்கிரமாய்) இருக்கின்றதோ, எது வரையில் புருவமத்தியில் திருஷ்டி (அந்தக்கரணவிருத்தி) இருக்கின்றதோ, அவ்வளவு காலம்வரையில் காலனினின்றும் அச்சமேது. ஒருவி

(*) இது "அற்பகாலபயத்தினால் பிரமாவானவர் பிராணயாமப் பழக்கஞ்செய்தார். ஆகையால் யோகிகளும் முனிகளும் பிராணயாமம் செய்யவேண்டும்" என்று யோகசூடாமணியுபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் "நாநாவிதயோகங்கள் பிராணயாமத்தினாற் சித்திக்கின்றன. பிராணயாமமில்லாத சகலயோகங்களும் நிஷ்பலமா" மென்னும் இராஜசித்தாந்தராஜயோகத்தின் வாக்கியத்தாலும் பிராணயாமம் அப்பியசிக்கத்தக்கதாம்.

தத்தானுமில்லை. எ-று.

அப்படியே "வாத்⁴யதே ந ச காலேந பா³த்⁴யதே ந ச கர்மணா | ஸாத்⁴யதே ந ஸ கேநாபி யோகீ³ யுக்த: ஸமாதி⁴நா ||
சமாதியோடுகூடிய யோகியானவன் காலனாலுண்ணப்படான். கர்மத்தால் பாதிக்கப்படான். எதனாலும் சாதிக்கப்படான்" என்று சொல்லப்படும். இதனால் சுவாதீனமுடையவனாகின்றானென்பது பொருள். இங்கே திருஷ்டி யென்பது ஞான சாமானியம். (௪௰)

(அ-கை) இதுவுமது.

விதி⁴வத்ப்ராணஸம்யாமைர் நாடீ³சக்ரே விஶோதி⁴தே |
ஸுஷும்நாவத³நம் பி⁴த்த்வா ஸுகா²த்³விஶதி மாருத: || (௪௧)

(இ-ள்) ஆசனம் ஜாலந்தரபந்தமுதலிய விதியோடுகூடிய பிராணாயாமத்தால் நாடிசமூகங்கள் நிர்மலமானால், வாயு இடைபிங்கலைகட்கு மத்தியிலுள்ள சுழுமுனைநாடியின் முக (து வார)த்தைத்திறந்துகொண்டு அநாயாசமாகச் சுழுமுனைக்குட் பிரவேசிக்கும். எ-று (௪௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

மாருதே மத்⁴யஸஞ்சாரே மந:ஸ்தை²ர்யம் ப்ரஜாயதே |
யோ மந:ஸுஸ்தி²ரீபா⁴வ: ஸைவாவஸ்தா² மநோந்மநீ || ௪௨ ||

(இ-ள்) பிராணவாயு சுழுமுனைமத்தியில் சிரசுபரியந்தம் செவ்வையாகச்செல்லுமாயின், அப்போது மனதின் ஸ்திரத்தன்மை (தியேயவடிவமாகிய விருத்திப்பிரவாகம்) உண்டாகின்றது. மனதின் ஸ்திரத்தன்மை யெதுவோ, அதுவே மனோன்மனியவஸ்தையாம். எ-று.

மநோன்மனியென்னுஞ் சொல் உன்மனியின் பரியாயமாம். அவ்வாறுமேல் "𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌶𑍍𑌚—இராஜயோகசமாதியும்" என்பவற்றாற் சொல்லப்படும். (சஉ)

(அ-கை) விசித்திரமாகிய கும்பகங்களில் பிரவிருத்தியை யுண்டாக்குதற்கு, அவற்றின் முக்கியபலத்தையும் அவாந்தரபலத்தையும் கூறுகின்றார்.

𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌵𑌿𑌧𑌾𑌨𑌜𑍍𑌞𑌾𑌃 𑌚𑌿𑌤𑍍𑌰𑌾𑌨𑍍𑌕𑍁𑌰𑍍𑌵𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌕𑌾𑌨𑍍 । 𑌵𑌿𑌚𑌿𑌤𑍍𑌰𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌕𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌾𑌦𑍍𑌵𑌿𑌚𑌿𑌤𑍍𑌰𑌾𑌂 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌮𑌾𑌪𑍍𑌨𑍁𑌯𑌾𑌤𑍍 ॥ சங ॥

(இ-ள்) கும்பகானுஷ்டானத்தின் விதான (பிரகார) ங்களை அறிந்தவர்கள் அவ்வுன்மனியவஸ்தை சித்திக்கும்பொருட்டுச் சூரியபேதமுதலிய நாநாவிதகும்பகங்களைச் செய்கின்றார்கள். விசித்திர (நாநாவித) கும்பகங்களினப்பியாசத்தால் விசித்திர (அணிமாமுதலிய நாநாவிதவிலக்ஷணமாகிய அல்லது ஜென்மம், ஔஷதி, மந்திரம், தவமென்பவைகளாலாகிய) சித்தியையடைகிறான். எ-று.

அது "𑌜𑌨𑍍𑌮𑍌𑌷𑌧𑌿𑌤𑌪𑍋𑌮𑌨𑍍𑌤𑍍𑌰𑍈𑌰𑍍𑌯𑌾𑌵𑌤𑍀𑌰𑌿𑌹 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌯𑌃 । 𑌯𑍋𑌗𑍇𑌨𑌾𑌪𑍍𑌨𑍋𑌤𑌿 𑌤𑌾𑌃 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌾 𑌨𑌾𑌨𑍍𑌯𑍈𑌰𑍍𑌯𑍋𑌗𑌗𑌤𑌿𑌂 𑌵𑍍𑌰𑌜𑍇𑌤𑍍 ॥ பிறப்பு, ஔஷதம், தவம், மந்திரம் என்பவற்றா லிங்கே எவ்வளவு சித்திகளுண்டாகின்றனவோ, அவையெல்லாவற்றையும் யோகத்தினு லடைகிறான், யோககதியை யோகத்தினுலடைவதை) மற்றவைகளா லடையான்" என்று பாகவதத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. பிரத்தியாகாரமுதலியவற்றின் பாரம்பரையாக அடைகிறானென்பது தாற்பரியம்.

(அ-கை) இனி அஷ்டகும்பகங்களின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑌭𑍇𑌦𑌨𑌮𑍁𑌜𑍍𑌜𑌾𑌯𑍀 𑌸𑍀𑌤𑍍𑌕𑌾𑌰𑍀 𑌶𑍀𑌤𑌲𑍀 𑌤𑌥𑌾 ।

𑌭𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌿𑌕𑌾 𑌭𑍍𑌰𑌾𑌮𑌰𑍀 𑌮𑍂𑌰𑍍𑌛𑌾 𑌪𑍍𑌲𑌾𑌵𑌿𑌨𑍀𑌤𑍍𑌯𑌷𑍍𑌟𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌕𑌾𑌃 ॥

(இ-ள்) சூரியபேதநம், உஜ்ஜாயி, ஸீத்காரி, ஸீதலி, பஸ்திரிகை, பிராமரி, மூர்ச்சை, பிலாவினியெனக் (*) கும்பகங்கள் எட்டாம். எ-று. (௪௪)

(அ-கை) இனி ஹடசித்தியில் அநந்யஸித்தமாகிய மேன்மையுள்ள சகலகும்பகங்களின் சாதாரணயுக்தியை மூன்று ஶ்லோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

𑌪𑍂𑌰𑌕𑌾𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌤𑍁 𑌕𑌰𑍍𑌤𑌵𑍍𑌯𑍋 𑌬𑌨𑍍𑌧𑍋 𑌜𑌾𑌲𑌨𑍍𑌧𑌰𑌾𑌭𑌿𑌧𑌃 । 𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌕𑌾𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌰𑍇𑌚𑌕𑌾𑌦𑍌 𑌕𑌰𑍍𑌤𑌵𑍍𑌯𑌸𑍍𑌤𑍂𑌡𑍍𑌡𑌿𑌯𑌾𑌨𑌕𑌃 ॥ ॥ ௪௫ ॥

(இ-ள்) (கழுத்தைச் சுருக்கி மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் ஸ்தாபித்தலாகிய) ஜாலந்தரமென்னும் பந்தம், பூரகம் செய்தபின் சடிதியிற் செய்யவேண்டும். உட்டியாணபந்தம் கும்பகத்தின் அந்தத்தில் அதாவது சிறிது கும்பகமிருக்குங்கால் இரேசகத்தின் ஆதியில் (இரேசித்தற்குமுன்) செய்யவேண்டும். எ-று.

𑌪𑍂𑌰𑌕𑌾𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌤𑍁 என்பதிலுள்ள 𑌤𑍁 (து) சப்தத்தால் கும்பகத்தின் ஆதியில் எனப்படும். பிரயத்தின விசேஷத்தால் நாபிப்பிரதேசத்தைப் பின்புறமாக இழுத்தல், உட்டியாண பந்தமாம். (௪௫)

(*) இவற்றுள் சூரியபேதனம், உஜ்ஜாயி, சீதளி, பஸ்திரி என்னும் நான்கும் யோககுண்டலியுபநிஷத்திலும், யோகதத்வோபநிஷத்திலும், உஜ்ஜாயி, சீதளிகளுடன் சீத்காரியென்பது சாண்டில்யோபநிஷத்திலும், அவ்வெட்டுடன் புஜங்கீகரணமொன்றாக ஒன்பது கும்பகங்கள் ஹடரத்நாவளியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. ஹடரத்நாவளியிற் கூறிய ஒன்பதாவது புஜங்கீகரணமென்னும் கும்பகம் யாதெனின், "கண்டத்தால் வாயுவைப் பூரித்துக் கண்டநாளத்திலேயே வாயுவை இரேசித்தல், புஜங்கீகரணமெனும் ஒன்பதாவது கும்பகமெனப்படும்" என்பதாம்.

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌅𑌧𑌸𑍍𑌤𑌾𑌤𑍍𑌕𑍁𑌞𑍍𑌚𑌨𑍇𑌨𑌾𑌶𑍁 𑌕𑌣𑍍𑌠𑌸𑌂𑌕𑍋𑌚𑌨𑍇 𑌕𑍃
𑌤𑍇 । 𑌮𑌧𑍍𑌯𑍇 𑌪𑌶𑍍𑌚𑌿𑌮𑌤𑌾𑌨𑍇𑌨 𑌸𑍍𑌯𑌾𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑍋 𑌬𑍍𑌰𑌹𑍍𑌮𑌨𑌾
𑌡𑌿𑌗𑌃 ॥ ॥ ௪௬ ॥

(இ-ள்) கண்டத்தைச் சுருக்கு (ஜாலந்தரபந்தத்தைச் செய்) தலாலும், விரைவாய் ஆதாரத்தைச் சுருக்கு (மூலபந்தஞ் செய்) தலாலும், நாபிப்பிரதேசத்தைப் பின்புறமாக இழுத்தலா (உட்டியானபந்தத்தினு) லும் (இம்மூன்று பந்தத்தையுஞ் செய்தலால்) பிராணவாயு பிரமநாடியென்னுஞ் சுழுமுனையை யடைகின்றது. எ-று.

இங்கே இது இரகசியம்:— ஸ்ரீ குருமுகமாக ஜிஹ்வாபந்தம் செவ்வையாயறியப்படின், ஜிஹ்வாபந்தபூர்வகமாகிய ஜாலந்தர பந்தத்தினுலேயே பிராணுயாமம் சித்திக்கும். இல்லாவிடின், வாயுவினது பிரகோபத்தா லுண்டாகத்தக்கனவாகிய தாதுக்ஷயம், தேகமெலிவு, முகத்தில் பிரசன்னத்துவமுதலிய சகல இலக்ஷணங்களு முண்டாகின்றன. மூலபந்தஉட்டியானபந்தங்க ளிரண்டும் உபயோகமுள்ளனவல்ல; அவையிரண்டும் ஜிஹ்வாபந்தபூர்வகமாகிய ஜாலந்தரபந்தத்தினுலேயே வேறுவிதமாய்ச் சித்தித்தலால், ஜிஹ்வாபந்தத்தைத் தெரிந்துகொள்ளாவிடின், ஆதாரத்தை யிழுத்தலா லென்று கூறியவண்ணமாகிய பிராணுயாமஞ் செய்யவேண்டும். மூன்றுபந்தங்களும் குருமுகமாகவே தெரியத்தக்கனவாம். மூலபந்தத்தைச் செவ்வையாகத் தெரியாவிடின் அது நாநாரோகங்களை யுண்டாக்கும். அதெப்படியெனின், மூலபந்தஞ்செய்தலால் தாதுக்ஷயமும், நீரடைப்பும், அக்கினிமந்தமும், நாதமந்தமும், ஆட்டுப்புழுக்கையைப் போல மலமிறுகுதலும் உண்டாகும். அப்போது மூலபந்தம் செவ்வையாக அறியப்படவில்லை யென்றறிக. தாதுபுஷ்டியும், செவ்வையாக மலசுத்தியும் ஜாடராக்கினி

யின் விருத்தியும், நன்றாய் நாதப்பிரகடனமும் உண்டாகுமாயி ன், அப்போது மூலபந்தம் செவ்வையாக அறியப்பட்டதென் றறிக. (௭௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

அபாநமூர்த்வமுத்தாப்ய ப்ராணம் கண்டாததோ நயேத் । யோகீ ஜராவிமுக்த: ஸந் ஷோடஶாப்தவயா பவேத் ॥ ॥ ௭௭ ॥

(இ-ள்). அபானவாயுவை மேலெழுப்பி ஆதாரத்தை யிறுக்கலால், பிராணவாயுவைக் கண்டத்திற்குக் கீழ்பாகத்தில் எவன் கொண்டுபோகிறானோ, அந்த யோகி (யோகாப்பியாசி) ஜரையி (மூப்பி) னின்றும் விடுபட்டவனாய்ப் பதினாறு வயதுள்ளவனாகின்றான். எ-று.

"[illegible]" என்பவை (௭௫-வதுமுதலிய சுலோகங்) களால் ஒரு அர்த்தமே நிச்சயிக்கப்படுகின்றது. என்றாலும் "[illegible]" என்பதனால் (௭௫-வது சுலோகத்தால்) பந்தங்களின் காலமும், "[illegible]" என்பதனால் (௭௬-வது சுலோகத்தால்) பந்தங்களின் சொரூபமும், "அபாநமூர்த்வமுத்தாப்ய" என்பதனால் (௭௭-வது சுலோகத்தினால்) பந்தங்களின் பலமும் சொல்லப்பட்டதென்பது விசேஷம். ஜாலந்தர பந்தமும் மூலபந்தமும் செய்வதனால் நாபியை அதோ (பின்) பாகத்தில் இழுத்தலெனப்படும் பந்தமாகிய உட்டியானபந்தம் உண்டாகின்றது. ஆதலால் இந்தச்சுலோகத்தில் உட்டியானபந்தம் சொல்லப்படவில்லை. அப்படியே ஞானேசுவரரால் "மூலபந்தஜாலந்தரபந்தங்களைச் செய்தால் நாபியைப் பின்னிழுத்தலென்னும் பந்தம் (உட்டியானபந்தம்) தானே உண்டாகின்றது". என்று கீதையினது ஆறாவது அத்தியாயத்தின் வியாக்கியானத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (௭௭)

சூரியபேதினி.

(அ-கை) [illegible] ॥ க ॥ [illegible] ॥ உ ॥ [illegible] ॥ ௩ ॥ [illegible] ॥ ௪ ॥ [illegible] ॥ ௫ ॥ [illegible] ॥ ௬ ॥ [illegible] ॥ எ ॥ கூர்மபுராணத்தில் சிவவாக்கியம்.

[illegible] ॥ அ ॥ [illegible] ॥ கூ ॥ [illegible] ॥ க0 ॥ [illegible]

[illegible] ‖ ௧௨ ‖ [illegible] ‖ ௧௩ ‖ [illegible] ‖ ௧௪ ‖ [illegible] ‖ ௧௫ ‖ [illegible] ‖ ௧௬ ‖ [illegible] ‖ ௧௭ ‖ [illegible] ‖ ௧௮ ‖ [illegible] ‖ ௧௯ ‖ [illegible] ‖ ௨௦ ‖ [illegible] ‖ ௨௧ ‖ [illegible] ‖ ௨௨ ‖ யோகிகளுக்கு யோகம் சித்திக்கும்பொருட்டு யோகாப்பியாசக் கிரமத்தைச் சொல்லுகிறேன்:— விவேகியானவன் உஷக்காலத்திலாவது (அருணோதயத்திற்கு முன்னே) வது அல்லது பிராதக்(அருணோதய) காலத்திலாவது எழுந்து (௧) இஷ்டதேவதையாகிய குருவை உள்ளத்தில் நினைந்து தலைவணங்கி, சௌசமும் தந்தசுத்தியும் செய்துகொண்டு பஸ்ம(விபூதி)தாரணம் செய்யவேண்டும். (௨) சுத்தமாகி

ய தேசத்திலிரம்மியமான மடத்தில் * மிருதுவாகிய ஆசனம் பரப்பி அதிலுட்கார்ந்துகொண்டு குருவையும் ஈசுவரனையும் மனத்திற் செவ்வையாக நினைந்து, (௪) அத்ய (இன்று) என்பது முதல் பரமேசுவரப்பிரசாதபூர்வகமாகச் சமாதியும் அதின் பலமும் சித்திக்கும்பொருட்டு, ஆசனபூர்வகமாய்ப் பிராணாயாம முதலியவற்றைச் செய்கிறேன் என்பதிறுகத் தேசகாலங்களைச் சொல்லி, விதிபூர்வகமாகச் சங்கற்பித்து இரத்தினங்கள் பிரகாசியாநின்ற ஆயிரம் பணாமுடிகளால் பூமண்டலத்தைத் தாங்கியிருக்கும் நாகராஜ (ஆதிசேஷ) னுக்கு நமஸ்காரம் என்று பீடம் (ஆசனம்) சித்திக்கும்பொருட்டு அநந்தனாகிய நாகேசனை நமஸ்கரிக்கவேண்டும். அதன்பின் ஆசனங்களை அப்பியசிக்கவேண்டும். சிரமமுண்டானால் கடைசியில் சவாசனம் அப்பியசிக்கவேண்டும். சிரமமில்லாவிட்டா லப்பியசிக்கலாகாது. (௫) கும்பகத்திற்கு முன்யோகமாக விபரீதகரணியை ஜாலந்தரப்பிரசாதத்தின்பொருட்டுக் கும்பகத்திற்குமுன் அப்பியசிக்கவேண்டும். (௬) பிராணாயாமம் செய்யக் கர்மாங்கமாகிய ஆசனத்தைச்செய்து, கூர்மபுராணத்தின் சிவவாக்கியத்தின்படி யோகீந்திரர்முதலியோரை நமஸ்கரித்து, (௭) (கூர்மபுராணத்தில் சிவவாக்கியம்) சீஷர்களுடன் யோகீந்திரர்களையும் விநாயகரையும் குருவையும் நமஸ்கரித்து யோகியானவன் என்னைத் தியானிக்கக்கடவன். (௮) அப்பியாசத்தில் சித்தாசனத்தைச் சேர்த்துப் பந்தபூர்வகமாக (†) முதலில் பத்துக்கும்பகங்கள் செய்யவேண்டும். பின் ஒவ்

---

* மிருதுவெனும் பதத்தைக்கொண்டு சிலர் இலவம்பஞ்சுமுதலியவற்றாற் செய்யப்பட்ட ஆசனங்களையுங் கொள்வர்.

† முதல் நாளில் (சூரியபேதினி, உஜ்ஜாயி, சீதளி, பஸ்திரியென்னும்) நான்கு கும்பகங்களையும் ஒவ்வொன்றிற்கும் பத்துக்கணக்காகவும் மறுநாளில் பதினைந்தும் மூன்றாநா ளிருபத்தைந்துமாகத் தினத்திற்கு ஐந்து விருத்திசெய்யவேண்டுமென்று யோகதீபிகையிலும் யோககுண்டலியுபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

வொருநாளும் ஐந்தைந்து அதிகமாய்ச் செய்யவேண்டும். (௯) ஏகாக்கிரசித்தமுடையவர்களால் எண்பது பரியந்தங் கும்பகங்கள் செய்யத்தக்கனவாம். யோகீந்திரர்கள் சந்திரசூரியர்களின் அப்பியாசத்தை முதலிற் செய்யவேண்டும். (௰) இதை விவேகிகள் அநுலோமப்பிரதிலோமம் (ஒழுங்குள்ளது ஒழுங்கில்லாதது) என்று கூறுவர். ஓரேபுத்தியாய (ஏகாக்கிரசித்தமு) ள்ளவன் பந்தபூர்வகமாகச் சூரியபேதனத்தைஅப்பியாசித்து, (௧௧) அதன்பின் உஜ்ஜாயினியையும், அதன்பின் ஸீத்காரியையும், அதன்பின் ஸீதலியையும், அதன்பின் பஸ்திரிகையையும் செவ்வையாய் அப்பியசிக்கவேண்டும். மற்றவற்றைச் செய்த, அல்லது செய்யாதிருக்க. (௧௨) முத்திரைகளைக் குருமுகமாகக் கேட்டுக் கிரமப்படி சேர்த்து அப்பியசிக்கவேண்டும். அதன்பின் பதுமாசனஞ் சேர்த்து நாதாநுசிந்தனம் செய்யவேண்டும். (௧௩) ஆதரவோடு சகலஅப்பியாசத்தையும் ஈசுவரார்ப்பணஞ் செய்யவேண்டும். அப்பியாசத்தினின்று மெழுந்து (*) வெந்நீரால் ஸ்நாநஞ் செய்யவேண்டும். (௧௪) ஸ்நாநஞ் செய்து விவேகியானவன் நித்திய கர்மத்தைச் சுருக்கமாய் முடிக்கவேண்டும். மத்தியானத்திலும் அப்படியே அப்பியாசித்துக் கொஞ்ச மிளைப்பாறிப் போஜனஞ் செய்யக்கடவன் (௧௫) யோகிகள் பத்தியமாகவே சாப்பிடவேண்டும். அபத்தியம் ஒருநாளும் செய்யலாகாது. போஜனம் செய்தபின் ஏலமாவது இலவங்கமாவது தின்னவேண்டும். (௧௬) சிலர் கற்பூரமும் சோபனமாகிய தாம்பூலமும் இச்சிக்கின்றார்கள். பிராணாயாமப்பியாசிகளுக்குச் சுண்ணாம்பில்லாதது சிலாக்கியம். (௧௭) என்னும் இச்சிந்தாமணியின் வாக்கிய

(*) ‘பிராதக்காலத்தில் ஸ்நாநஞ் செய்தல் ஆரூடயோகிக்கும் உருசிக்காது. அவசியமாயின் உஷ்ணஜலத்தால் ஸ்நாநஞ் செய்யவேண்டும். குளிர்ந்த ஜலத்தால் ஸ்நானஞ் செய்யலாகாது. பிராதக்கால ஸ்நானம் அனிஷ்டமாம். மத்தியானத்தில் கண்டஸ்நானஞ் செய்யலாம்’ என்பது மேலோர்மொழி.

ம் சிலமென்னும் பதத்தால் சுவாரஸ்ய (சிலாக்கிய)ப்படவில்லை. ஏனெனின், அவ்விரண்டும் தோஷங்களுக்கு ஏதுவாயிருத்தலால். (௧௮) போஜனம் செய்தபின் மோக்ஷசாஸ்திரங்களைப் பார்க்கவேண்டும். அல்லது புராணசிரவணமாவது, ஈசுவரநாம சங்கீர்த்தனமாவது செய்யவேண்டும். (௧௯)சாயந்திரம் சந்தியாவிதியைச் செய்து, முன்போல் யோகமப்பியசிக்கவேண்டும். மூன்றுநாழிகைப்பொழுதிருக்க அப்பியாசம் செய்யவேண்டும். (௨௦) அப்பியாசஞ் செய்தபின் சாயஞ்சந்தி சதா (எப்போதும்) விவேகிகளால் செய்யத்தக்கதாம். யோகிகள் அர்த்தராத்திரியில் முன்போல் ஹடாப்பியாசத்தைச் செய்யவேண்டும். (௨௧) விபரீதகாணியானது போஜனத்திற்குப்பின் சிலாக்கியப்படாதாகையால் சாயங்காலத்திலும் அர்த்தராத்திரியிலும் அப்பியசிக்கலாகாது. (௨௨)"

இனி (*) உத்தேசாநுக்கிரமமாகக் கும்பகங்களைச் சொல்லக்கருதி, அவற்றுள் முதலிற் சொல்லப்பட்ட சூரியபேதனத்தையும், அதன் குணங்களையும் கூறுகின்றார்.

> 𑌆𑌸𑌨𑍇 𑌸𑍁𑌖𑌦𑍇 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌬𑌦𑍍𑌧𑍍𑌵𑌾 𑌚𑍈𑌵𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌤
> 𑌤𑌃 । 𑌦𑌕𑍍𑌷𑌨𑌾𑌡𑍍𑌯𑌾 𑌸𑌮𑌾𑌕𑍃𑌷𑍍𑌯 𑌬𑌹𑌿𑌃𑌸𑍍𑌥𑌂 𑌪𑌵𑌨𑌂 𑌶
> 𑌨𑍈𑌃 ॥ ।௪௮।

(இ-ள்) ["(𑌶𑍁𑌚𑍌 𑌦𑍇𑌶𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌤𑌿𑌷𑍍𑌠𑌾𑌪𑍍𑌯 𑌸𑍍𑌥𑌿𑌰𑌮𑌾𑌸𑌨𑌮𑌾𑌤𑍍𑌮𑌨𑌃 । 𑌨𑌾𑌤𑍍𑌯𑍁𑌚𑍍𑌛𑍍𑌰𑌿𑌤𑌂 𑌨𑌾𑌤𑌿𑌨𑍀𑌚𑌂 𑌚𑍈𑌲𑌾𑌜𑌿𑌨𑌕𑍁𑌶𑍋𑌤𑍍𑌤𑌰𑌮𑍍)-சுபாவமாகவாவது சம்ஸ்காரத்தினாலாவது சுசியாகிய தேச(சுத்தமுள்ள இட)த்தில் குசம், மான்தோல், வஸ்திர மென்பவற்றை (ஒன்றன்மேலொன்றாக) விரித்த உயரமும் தாழ்வுமில்லாத தனது ஸ்திராசனத்தை ஸ்தாபித்து'' என்று சொல்லப்ப

---

* உத்தேசம் பெயர்மாத்திரஞ் சொல்லுதல்.

ட்ட இலக்ஷணமுடைய ஏகாந்தஸ்தானத்தில் "विविक्तदेशे सुखासनस्थः शुचिः समग्रीवशिरःशरीरः - சுகாசனத்திலிருப்பவனாய்ச் சுசியாய்ச், சமமானகழுத்தும் சிரசும் சரீரமுமுள்ளவனாய்" என்னும் சுருதியினால் குசம் மான்றோல் வஸ்திரமென்பவற்றைக் கிரமமாக ஒன்றன்மேலொன்றாக விரிக்கப்பட்ட] சுகத்தைத் தருமாசனத்திலிருந்து, ஆசனத்தைத் (சுவஸ்திகம், வீரம், சித்தம், பதுமமுதலியவற்றுளொன்றையாவது அல்லது முக்கியமாயிருத்தலால் சித்தாசனத்தையேயாவது) சேர்ந்து, அதன்பின் வலதுநாடி (பிங்கலை) யால் தேகத்திற்கு வெளியிலுள்ள வாயுவை மெல்லமெல்ல இழுத்து (பூரித்து). எ-று. (௪௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

आकेशादानखाग्राच्च निरोधावधि कुम्भयेत् ।
ततः शनैः सव्यनाड्या रेचयेत्पवनं शनैः ॥

(இ-ள்) சிகைவரையிலும் நகம்வரையிலும் வாயுவின் நிரோதஅளவு உண்டாகும்படி கும்பிக்கவேண்டும். அதன்பின் மெல்லமெல்ல இடதுநாடி (இடைகலை) யால் வாயுவை இரேசிக்கவேண்டும். எ-று.

அப்படியானல் "हठान्निरुद्धः प्राणोऽयं रोमकूपेषु निःसरेत् । देहं विदारयत्येष कुष्ठादीन् जनयत्यपि ॥ [illegible] ॥ वन्यो गजो गजारिर्वा क्रमेण मृदुतामियात् [illegible] ॥ [illegible] ||" ஹடத்தால் நிரோதிக்கப்பட்ட இப்பிராணன் உரோமத்துவாரங்களில் வெளிப்படும். அது தேகத்தைக் கிழித்துக் குஷ்டமுதலியவற்றையும் உண்டாக்கும். ஆதலால் இதைக் காட்டானையைப்போல் கிரமமாகத்

திருப்பவேண்டும். காட்டானை “சிங்கமுதலியவை கிரமமாக வசமாகும். ஆகவே ஏவுகிறவனது சொற்படி நடக்கின்றன. அவன் வார்த்தையைக் கடக்கிறதில்லை. அப்படியே யோகிகளது இருதயத்திலுள்ள இப்பிராணன் கிரமயோகத்தாற் கிரகித் தப்பியசிக்கப்பட்டதாய் விசிராந்தியை யடைகின்றது” என்னும் வாக்கியத்திற்கு விருத்தமாகுதலால், பிரயத்தினத்தால் கும்பகம் செய்யவேண்டுமென்று, எங்கே சொல்லப்பட்டிருக்கின்றதெனின், அப்படியன்று ‘ஹடத்தினால் நிரோதிக்கப்பட்ட இப்பிராணன்’ என்னும் வாக்கியம் பலமாகச் சீக்கிரமாய்ப் பிராணஜயம் செய்வேன் என்னும் புத்தியாக ஆரம்பிக்கும் அதிக அப்பியாசத்தில் ஆசக்தியுடையவனைப் பற்றியதாயிருத்தலாலும், காட்டனையைப்போல என்னும் திருஷ்டாந்தத்தின் மேன்மையாலும் அப்படியாகாது. இதனாற்றான், சூரியசந்திரர்களது அப்பியாசத்தில் பூரித்து இயன்ற அளவு நிரோதிக்கவேண்டு மென்றும், நிரோதத்தினால் என்றும் கூறியிருப்பது பொருந்துகின்றது. ஆகையால் கும்பகம் மிகப்பிரயத்தினபூர்வகமாகச் செய்யவேண்டும். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு கும்பகம் மிகுந்த பிரயத்தினமாகச் செய்யப்படுகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு அதில் குணாதிக்கியம் (குணமிகுதிப்பாடு) உண்டாகின்றது. எவ்வளவுக்கெவ்வளவு தளர்ந்த கும்பக முண்டாகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு குணக்குறை வுண்டாகின்றது. இதில் யோகிகளது அனுபவமும் பிரமாணமாம். பூரகமோ, வேகமாய்ச் செய்தாலும் தோஷமில்லாமையால், மெல்லவாவது வேகமாயாவது செய்யத்தக்கதாம். இரேசகம் வேகமாய்ச்செய்யின் பலங்குறையும். ஆகையால் மெல்லமெல்லவே செய்யவேண்டும்; வேகமாய்ச் செய்யலாகாது, என்றிப்படி அநேகவிதமாய்க் கிரந்தகார் கூறியிருத்தலாலும் மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும்.

மெல்லமெல்லவென்று இரட்டித்துக்கூறியது ‘மெல்லவே

இரேசிக்கவேண்டுமென்னும் துணிவின் பொருட்டாம். அது "[illegible] வியப்பிலும், விசனத்திலும், இழிவிலும், துணிவிலும், தேற்றுதலிலும், உவமையிலும் ஒரேவாக்கியம் இரட்டித்துச் சொல்லப்படுகின்றது" என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றது. (௪௯)

(இ-ள்) இதுவுமது.

[illegible] ‖ ௫0 ‖

(அ-கை) காபாலசுத்தி செய்வதும், (எண்பதுவிதமாகிய) வாததோஷங்களைக் கெடுப்பதும், வயிற்றி லுண்டாகும் கிருமி தோஷங்களைக் கெடுப்பதுமாகிய இந்த உத்தமமான சூரியபேதனம் அடிக்கடி செய்யத்தக்கதாம். எ-று. (௫0)

உஜ்ஜாயினி.

(அ-கை) உஜ்ஜாயினியைக் கூறுகின்றார்.

[illegible] ‖ ௫௧ ‖

(இ-ள்) வாயை மூடி (முத்திரைசெய்துகொண்டு) கழுத்துமுதல் இருதயம்வரையிலும் வாயு பொருந்தும்படியாக இடைபிங்கலைகளால் வாயுவை ஆகருஷித்து (பூரித்து) முன்போல் [சூரியபோதனத்திற்குச்சரியாக "[illegible] ‖" என்று (௪௯-வது சுலோகத்திற்) சொல்லியபடி] கும்பிக்கவேண்டும். அதன்பின் இடதுநாடியினு லிரேசிக்கவேண்டும். எ-று. (௫௧)

(அ-கை) உஜ்ஜாயினியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஶ்லேஷ்மதோஷஹரம் கண்டே தேஹாநலவிவர்தநம் |
நாடீஜலோதராதாதுகதோஷவிநாஶநம் | கச்ச
தா திஷ்டதா கார்யமுஜ்ஜாய்யாக்யம் து கும்பகம் ||௫௨||

(இ-ள்) கண்டத்திலுள்ள கபமுதலிய சிலேஷ்மதோஷங்களைக் கெடுக்கின்றது. ஜாடராக்கினியை விருத்தி செய்கின்றது. நாடிகள், ஜலோதரம் (பருகப்பட்டநீரையுடையவயிறு) தேகத்திலுள்ள தாதுக்கள் என்னு மிவற்றிலுள்ள தோஷங்களை நிவர்த்தி செய்கின்றது. நடந்துகொண்டும், நின்றுகொண்டும் உஜ்ஜாயினியென்னும் கும்பகமோ செய்யத்தக்கதாம். எ-று.

து (ஓ) என்பது இதன் விசேஷமுடைமையைக் காட்டுகின்றது. உஜ்ஜாயியென்றும் பாடம். நடந்துகொண்டும் நின்றுகொண்டும் பந்தமில்லாததாய்ச் செய்யத்தக்கதாம். (௫௨)

சீத்காரி.

(அ-கை) சீத்காரியென்னும் கும்பகத்தையும் அதன் சிலாக்கியத்தையுங் கூறுகின்றார்.

ஸீத்காம் குர்யாத்ததா வக்த்ரே க்ராணேநைவ விஜ்ரும்
பிகாம் | ஏவமப்யாஸயோகேந காமதேவோ த்விதீய
க: || ௫௩ ||

(இ-ள்) வாயினால் சீத்காரஞ் செய்து (உதடுகளின் இடையிற் சேர்க்கப்பட்ட நாக்கினால் சீத்காரம் செய்தல்பூர்வமாக வாயினாற்பூரித்து), நாசித்துவாரத்தினாலேயே இரேசகம் செய்ய வேண்டும். இப்படி அடிக்கடி பழகும் யோகத்தால் (மிகுந்த ரூபலாவண்ணியத்தால் காமதேவ (மன்மத)னுக்குச் சமானமாகுதலால்) இரண்டாவது காமதேவனாகின்றான். எ-று.

ஏகாரம்-வாயின் இயைபு (சம்பந்தம்) நீக்குதற் பொருட்டு. வாயினால் வாயுவை வெளிவிடுதல் பலக்குறைவைச் செய்வதாயி

ருத்தலால், அப்பியாசத்திற்குப் பின்னும் அதைச் செய்யலா காது. கும்பகம் சொல்லாவிடினும், சீத்காரியைக் கும்பகமுடையதாக அறியவேண்டும். (௫௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

யோகினீசக்ரஸம்மாந்ய: ஸ்ருஷ்டிஸம்ஹாரகாரக: |
ந க்ஷுதா ந த்ருஷா நித்ரா நைவாலஸ்யம் ப்ரஜாயதே ||

(இ-ள்) யோகினிசமூகங்களைச் செவ்வையாக அப்பியாசித்தவனும், பிரபஞ்சத்தின் உற்பத்திலயங்களுக்குங் கர்த்தாவுமாகின்றான். பசி, தாகம், நித்திரை, ஆலசியம் என்பவை உண்டாகிறதில்லை. எ-று.

ஆலசியம், காயசித்தங்களின் கௌரவத்தால், பிரவிர்த்தியில்லாமை. காயகௌரவம்(திண்மை) கபமுதலியவற்றாலும், சித்தகௌரவம் தமோகுணத்தினாலு முண்டாகின்றன. (௫௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

பவேத்ஸத்வஞ்ச தேஹஸ்ய ஸர்வோபத்ரவவர்ஜித: |
அநேந விதிநா ஸத்யம் யோகீந்த்ரோ பூமிமண்டலே ||௫௫||

(இ-ள்) தேகத்தின் சத்துவ (பல)மும் உண்டாகின்றது. இவ்வப்பியாசவிதியால் யோகீந்திரன் பூமண்டலத்தில் சகலஉபத்திரவங்களும் இல்லாதவனாகிறான். இது சத்தியமே. எ-று.

சீதலி.

(அ-கை) சீதலியென்னும் கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜிஹ்வயா வாயுமாக்ருஷ்ய பூர்வவத் கும்பஸாதநம் |
ஶநகைர் க்ராணரந்த்ராப்யாம் ரேசயேத் பவநம் ஸுதீ: ||

(இ-ள்) (பட்சியின் அலகைப்போல உதடுகளுக்கு வெளியில் நீண்ட)நாக்கினால் வாயுவைப் பூரித்து,முன்போல் (சூரியபேதனம்போல்) கும்பகசாதனத்தை (விதானத்தை)ச் செய்து,

நல்ல விவேகியானவன் நாசித்துவாரங்களால் வாயுவை மெல்லவே இரேசிக்கவேண்டும். எ-று. (௫௬

(அ-கை) சீதலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌗𑍁𑌲𑍍𑌮𑌪𑍍𑌲𑍀𑌹𑌾𑌦𑌿𑌕𑌾𑌨𑍍𑌰𑍋𑌗𑌾𑌨𑍍 𑌜𑍍𑌵𑌰𑌂 𑌪𑌿𑌤𑍍𑌤𑌂 𑌕𑍍𑌷𑍁𑌧𑌾𑌂
𑌤𑍃𑌷𑌾𑌂 । 𑌵𑌿𑌷𑌾𑌣𑌿 𑌶𑍀𑌤𑌲𑍀 𑌨𑌾𑌮 𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌿𑌕𑍇𑌯𑌂 𑌨𑌿𑌹𑌨𑍍𑌤𑌿
𑌹𑌿 ॥ ॥௫௭॥

(இ-ள்) குன்மம் பிலீகமுதலிய ரோகங்களையும், சுரத்தையும், பித்தவிகாரங்களையும், பசியையும், தாகத்தையும், விஷங்களையும் சீதலியென்னும் இக்கும்பகம் கெடுக்கின்றது. எ-று.

பஸ்திரிகை.

(அ-கை) பஸ்திராவென்னும் கும்பகம் பதுமாசனபூர்வகமாகவே அநுஷ்டிக்கத்தக்கதா யிருத்தலால், அதன் ஆதியில் பதுமாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌊𑌰𑍍𑌵𑍋𑌰𑍁𑌪𑌰𑌿 𑌸𑌂𑌸𑍍𑌥𑌾𑌪𑍍𑌯 𑌶𑍁𑌭𑍇 𑌪𑌾𑌦𑌤𑌲𑍇 𑌉𑌭𑍇 ।
𑌪𑌦𑍍𑌮𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌭𑌵𑍇𑌦𑍇𑌤𑌤𑍍𑌸𑌰𑍍𑌵𑌪𑌾𑌪𑌪𑍍𑌰𑌣𑌾𑌶𑌨𑌂 ॥

(இ-ள்) இரண்டு தொடைகளின்பேரிலும் இரண்டு பாதங்களையும் செவ்வையாக வைத்தல், பதுமாசனமாகின்றது. இது சகலபாவங்களையும் நாசஞ்செய்வதாம். எ-று. (௫௮)

(அ-கை) பஸ்திரிகையென்னும் கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌸𑌮𑍍𑌯𑌕𑍍𑌪𑌦𑍍𑌮𑌾𑌸𑌨𑌂 𑌬𑌦𑍍𑌧𑍍𑌵𑌾 𑌸𑌮𑌗𑍍𑌰𑍀𑌵𑍋𑌦𑌰𑌃 𑌸𑍁𑌧𑍀𑌃 । 𑌮𑍁-
𑌖𑌂 𑌸𑌂𑌯𑌮𑍍𑌯 𑌯𑌤𑍍𑌨𑍇𑌨 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌂 𑌘𑍍𑌰𑌾𑌣𑍇𑌨 𑌰𑍇𑌚𑌯𑍇𑌤𑍍 ॥

(இ-ள்) கழுத்தும் வயிறும் சமமாய் வைத்திருக்கும் ஸ்திரபுத்தியுள்ளவன் செவ்வையாகப் பதுமாசனம்சேர்த்து வாயை மூடி, தேகத்திற்குள்ளிருக்கும் வாயுவைப் பிரயத்தினத்தோடு நாசியின் ஒருதுவாரத்தால் இரேசிக்கவேண்டும். எ-று. (௫௯)

(அ-கை) இரேசகத்தின் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

[illegible]
[illegible]
[illegible] ॥ ௬௦,௨ ॥

(இ-ள்) இருதயத்திலும் கழுத்திலும் கபாலம்வரையிலும் வாயு பொருந்தும்படி இரேசிக்கவேண்டும். அப்படியே இருதயதாமரைவரையிலும் வாயுவை வேகமாய்ப் பூரிக்கவேண்டும். அதுபோல மறுபடியு மிரேசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் பூரிக்கவேண்டும். எ-று. (௬௰,௨)

(அ-கை) முற்கூறிய அர்த்தத்தில் திருஷ்டாந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

[illegible]
[illegible]

(இ-ள்) எப்படிக்கொல்லனால் துருத்தி வேகமாய் அசைக்கப்படுகின்றதோ, அப்படியே தனதுசரீரத்திலுள்ள வாயுவைப் புத்தியினால் அசைக்கவேண்டும். எ-று. (௬௧,௨)

(அ-கை) இரேசகபூரகங்களை நிரந்தரம் அப்பியசித்தலால் சாலனத்தின் (அசைத்தலின்) அவதி(எல்லை)யைக் கூறுகின்றார்.

[illegible]
[illegible]

(இ-ள்) எப்போது தேகத்தில் இரேசகபூரகங்களை நிரந்தரம் அப்பியசித்தலால் ஆயாசமுண்டாகின்றதோ, அப்போது எவ்விதமாக வாயுவினால் வயிறு இலகுவாய்ப் பூரணமாகுமோ, அவ்விதமாகச் சூரியநாடியினால் பூரிக்கவேண்டும். (௬௨,௨)

(அ-கை) பூரகத்திற்குப்பின் எது செய்யவேண்டியதோ

அதைக் கூறுகின்றார்.

𑌯𑌥𑌾𑌙𑍍𑌗𑍁𑌷𑍍𑌠𑌾𑌨𑌾𑌮𑌿𑌕𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌂 𑌤𑌰𑍍𑌜𑌨𑍀𑌮𑌧𑍍𑌯𑌮𑍇 𑌵𑌿𑌨𑌾 ।
𑌵𑌿𑌧𑌿𑌵𑌤𑍍𑌕𑍁𑌂𑌭𑌕𑌂 𑌕𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌰𑍇𑌚𑌯𑍇𑌦𑌿𑌡𑌯𑌾𑌨𑌿𑌲𑌮𑍍 ॥ [௯௩]

(இ-ள்) நடுவிரல் சுட்டுவிரல்களை விட்டு (மற்றப் பெருவிரல் மோதிரவிரல் சுண்டுவிரல்களால்) நாசியைத் திடமாகப் பிடிக்கவேண்டும். [அதாவது பெருவிரலால் வலது நாசியை யழுத்தியும், அநாமிகை (மோதிரவிரல்) கனிஷ்டிகை (சுண்டுவிரல்) களால் இடது நாசியை யழுத்தியும் மூக்கைத் திடமாகப் பிடிக்கவேண்டுமென்பது பொருள்.] விதிப்படிக் கும்பகஞ்செய்து சந்திரநாடியால் வாயுவை இரேசிக்கவேண்டும். எ-று.

பஸ்திரவென்னும் கும்பகத்தின்பரிபாடி(மாதி)ரி யிதுவாம்:— இடதுநாசியை வலதுகையின் மோதிரவிரல் சுண்டுவிரல்களால்தடுத்து, வலது நாசியால் துருத்தியைப்போல் இரேசகபூரகங்கள் செய்யவேண்டும். சிரமமுண்டான காலத்தில் அந்தநாசியினாலேயே பூரகம்செய்து, அங்குஷ்டத்தால் வலது நாசியை நிரோதித்து, இயன்றளவு கும்பகஞ் செய்யவேண்டும். பின் இடதுநாடியினால் இரேசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் வலதுநாசியை அங்குஷ்டத்தால் (பெருவிரலால்) நிரோதித்து, இடது நாசியால் துருத்திபோல விரைவாய் இரேசகபூரகங்கள் செய்யவேண்டும். சிரமமுண்டானால் அந்த நாசியினாலேயே பூரகஞ்செய்து, அநாமிகைகனிஷ்டிகைகளால் இடதுநாசியை நிரோதித்து, இயன்றளவு கும்பகஞ்செய்து பிங்கலையினால் இரேசிக்கவேண்டும். இது ஒருவிதம்.

வாம(இடது)நாசியை அநாமிகைகனிஷ்டிகைகளால் நிரோதித்து, வலது நாசியால் பூரித்து, உடனே அங்குஷ்டத்தால் நிரோதித்து வாமநாசியால் இரேசிக்கவேண்டும். இப்படி நாலுமுறை செய்து சிரமமுண்டான காலத்து அதனாலேயே பூரிக்கவேண்டும். பந்தபூர்வகமாகச் செய்து இடதுநாடியால் இரேசிக்க

வேண்டும். மறுபடியும் வலதுநாசியை அங்குஷ்டத்தால் நிரோதித்து இடதுநாசியால் பூரகம்செய்து, விரைவாய் இடதுநாசியை அநாமிகை கனிஷ்டிகைகளால் நிரோதித்துப் பிங்கலையால் துருத்திபோல இரேசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் மறுபடியும் இப்படிச்செய்து, இரேசகபூரகங்களின் ஆவிருத்தியால் (பழக்கத்தால்) சிரமமுண்டானால் இடதுநாசியாற் பூரித்து, அநாமிகை கனிஷ்டிகைகளால் பிடித்துக் கும்பகஞ்செய்து, பிங்கலையால் இரேசிக்கவேண்டும். இது மற்றொருவிதமாம். (கூ௮,௬)

(அ-கை) பஸ்திரிகையின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌵𑌾𑌤𑌪𑌿𑌤𑍍𑌤𑌶𑍍𑌲𑍇𑌷𑍍𑌮𑌹𑌰𑌂 𑌶𑌰𑍀𑌰𑌾𑌗𑍍𑌨𑌿𑌵𑌿𑌵𑌰𑍍𑌧𑌨𑌂 । 𑌕𑍁𑌣𑍍𑌡
𑌲𑍀𑌬𑍋𑌧𑌕𑌂 𑌕𑍍𑌷𑌿𑌪𑍍𑌰𑌂 𑌪𑌵𑌨𑌂 𑌸𑍁𑌖𑌦𑌂 𑌹𑌿𑌤𑌂 । 𑌬𑍍𑌰𑌹𑍍𑌮
𑌨𑌾𑌡𑍀𑌮𑍁𑌖𑌸𑌂𑌸𑍍𑌥𑌕𑌫𑌾𑌦𑍍𑌯𑌰𑍍𑌗𑌲𑌨𑌾𑌶𑌨𑌮𑍍 ॥ ॥ ௬௫ ॥

(இ-ள்) இப்பஸ்திரிகை வாதபித்த சிலேஷ்மங்களைக் கெடுப்பதாயும், சரீராக்கினியை (ஜாடராக்கினியை) விருத்திசெய்வதாயும், சீக்கிரம் குண்டலியை விழிப்பிப்பதாயும், பவித்திரம் செய்வதாயும், சுகத்தைத் தருவதாயும், (மூன்றுதோஷங்களையும் கெடுப்பதாயிருத்தலால் எப்போதும் எல்லாவற்றிற்கும்) இதமாயும், (பிரமத்தை யடைவிப்பதா யிருத்தலால்) பிரமநாடியெனப்படுகின்ற சுழுமுனையின் முகத்தில் (மேற்பாகத்தில்) செவ்வையாயிருக்கும் கபமுதலியவடிவினதாகிய தடையை (பிராணவாயுவின் போக்கிற்குப் பிரதிபந்தமாயுள்ளதை) நாசஞ்செய்வதாயு மிருக்கின்றது. எ-று.

எல்லாக்கும்பகங்களும் எப்போதும் இதமுள்ளனவாயினும், உஷ்ணமாகிய சூரியபேதனம் உஜ்ஜாயினி யென்னுமிரண்டும் பெரும்பாலும் சீதளமுள்ளபோது இதமாம். சீதளமாகிய சீத்காரி சீதலி யென்னுமிரண்டும் பெரும்பாலும் உஷ்ணமுள்ளபோது இதமாம். சீதோஷ்ணசமமாகிய பஸ்திரா வென்னும் கும்பகம் எப்போதும் இதமாம். சகலகும்பகங்களும் சகலரோகங்களை

யும் போக்குகின்றவைகளா யிருக்கினும், சூரியபேதனம் பெரு ம்பாலும் வாதத்தைக் கெடுப்பதாயும், உஜ்ஜாயி பெரும்பாலும் சிலேஷ்மத்தைக் கெடுப்பதாயும், சீத்காரிசீதலி யென்னுமிரண்டு ம் பெரும்பாலும் பித்தத்தைக்கெடுப்பனவாயும் பஸ்திரையெ ன்னும் கும்பகம் மூன்றுதோஷங்களையும் போக்குவதாயுமிருக் கின்றனவென்று அறிக. பிரமநாடிபிரமத்தை யடைவிப்பதாமெ ன்பது "ஶதம்சைகா ச ஹ்ருதயஸ்ய நாட்யஸ்தாஸாம் மூர்தாநமபி நி꞉ஸ்ருதைகா । தயோர்த்வமாயந்நம்ருதத்வமேதி விஷ்வங்ஙந்யா உத்க்ரமணே பவந்தி ॥ இருதயத்தின் நாடிகள் நூறுமொன் றுமாம். அவற்றுள் கபாலத்தைப்பேதித்துச் சென்றிருப்ப து ஒன்று (சுழுமுனை). அதனால் (அந்தநாடியினால்) மேற்சென் று அமிர்தத்துவத்தை (மரணமின்மையை) அடைகிறான். சு ற்றிலுமுள்ள மற்றவைகள் பிராணனது கமனத்தில் நிமித்த மாகின்றன (சம்ஸாரத்தையடையும் பொருட்டேயாகின்றன)" என்று கடவல்லிசுருதியிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சாரு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸம்யக்காத்ரஸமுத்பூதக்ரந்தித்ரயவிபேதகம் । வி
ஶேஷேணைவ கர்தவ்யம் பஸ்த்ராக்யம் கும்பகம் த்விதம் ॥

(இ-ள்) திடமாய்ச் சரீரமத்தியில் (சுழுமுனையிலே) செ வ்வையாயுண்டாகிய பிரமகிரந்தி விஷ்ணுகிரந்தி உருத்திரகிரந்தி யென்னும் மூன்றுகிரந்திகளின் பேதத்தை விசேஷமாய்ச் செ ய்வதாயுமிருக்கின்றது. இதனாலேயே இந்தப் பஸ்திரையென் னும் கும்பகத்தை விசேஷமாகவே செய்யவேண்டும். அதா வது பஸ்திரை அவசியம் செய்யத்தக்கதும், சூரியபேதன முத லியவைகள் நேரிட்டபடி செய்யத்தக்கனவுமாம். எ-று (சாசா)

பிராமரீ.

(அ-கை) பிராமரீ கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌵𑍇𑌗𑌾𑌦𑍍𑌘𑍋𑌷𑌂 𑌪𑍂𑌰𑌕𑌂 𑌭𑍃𑌙𑍍𑌗𑌨𑌾𑌦𑌂 𑌭𑍃𑌙𑍍𑌗𑍀𑌨𑌾𑌦𑌂
𑌰𑍇𑌚𑌕𑌂 𑌮𑌨𑍍𑌦𑌮𑌨𑍍𑌦𑌮𑍍 । 𑌯𑍋𑌗𑍀𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌮𑍇𑌵𑌮𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌯𑍋𑌗𑌾
𑌚𑍍𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑍇 𑌜𑌾𑌤𑌾 𑌕𑌾𑌚𑌿𑌦𑌾𑌨𑌨𑍍𑌦𑌲𑍀𑌲𑌾 ॥ ॥ கஎ ॥

(இ-ள்) வேகமாய்ச் சப்தத்துடன் ஆண்வண்டின் நாதம் போன்ற நாதம்உண்டாகும்வண்ணம் பூரகஞ்செய்து, பெண்வண்டின் நாதம்போன்ற நாதமுண்டாகும்வண்ணம் மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். இப்படி அப்பியாசிக்கும் அப்பியாசயோகத்தால் யோகிந்திரர்களது சித்தத்தில் அநிர்வாச்சியமாகிய ஆநந்தலீலையுண்டாகின்றது. எ-று.

பூரகத்தின்பின் கும்பகம், வண்டுகள் கும்பகமுடையனவாயிருத்தலினாலேயே சித்தித்தது; விசேஷமில்லாமையினாலும் சொல்லப்படவில்லை. பூரகஇரேசகங்களுக்கு விசேஷமிருத்தலால், அவை சொல்லப்பட்டன. (கஎ)

மூர்ச்சை.

(அ-கை) மூர்ச்சையென்னும்கும்பகத்தைக்கூறுகின்றார்.

𑌪𑍂𑌰𑌕𑌾𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌗𑌾𑌢𑌤𑌰𑌂 𑌬𑌦𑍍𑌧𑍍𑌵𑌾 𑌜𑌾𑌲𑌨𑍍𑌧𑌰𑌂 𑌶𑌨𑍈𑌃 ।
𑌰𑍇𑌚𑌯𑍇𑌨𑍍𑌮𑍂𑌰𑍍𑌛𑌾𑌖𑍍𑌯𑍇𑌯𑌂 𑌮𑌨𑍋𑌮𑍂𑌰𑍍𑌛𑌾 𑌸𑍁𑌖𑌪𑍍𑌰
𑌦𑌾 ॥ ॥ கஅ ॥

(இ-ள்) பூரகத்தின்முடிவில் மிக அழுத்தமாகிய ஜாலந்தர பந்தத்தைச்சேர்த்து மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். மனதைமூர்ச்சிப்பிப்பதும் சுகத்தைத்தருவதுமாகிய இது மூர்ச்சையென்னும் பெயருடையதாம். எ-று.

மனதை மூர்ச்சிப்பிப்பது என்பதனால் மூர்ச்சையின் விக்கிரகத்தைக்காணுதல் பூர்வகமாகிய பலம் சொல்லப்பட்டது.

பிலாவினி.

(அ-கை) பிலாவினியென்னுங் கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

அந்த꞉ ப்ரவர்திதோதாரமாருதாபூரிதோதர꞉ |
பயஸ்யகாதே(அ)பி ஸுகாத் ப்லவதே பத்மபத்ரவத் ||

(இ-ள்) சரீரத்திற்குள் பிரவர்த்தித்த (பூரிக்கப்பட்ட) வயிற்றிலுள்ள வாயுவால் நிரம்பப்பூரிக்கப்பட்ட வயிற்றையுடையவன் ஜலத்தின் ஆழத்திற்சென்றாலும் தாமரையிலைபோல் சுகமாக மிதக்கிறான். எ-று.

பிராணயாமபேதம்.

(அ-கை) இனிப் பிராணயாமத்தின் பேதங்களைக் கூறுகின்றார்.

ப்ராணாயாமஸ்த்ரிதா ப்ரோக்தோ ரேசபூரககும்பகை꞉ |
ஸஹித꞉ கேவலஶ்சேதி கும்பகோ த்விவிதோ மத꞉ || ௭௰ ||

(இ-ள்) சரீரத்திற் சஞ்சரிக்கும் வாயுவைத்தடுத்தலென்னும் பிராணயாமம் இரேசகபூரககும்பகமென (*) மூன்றுவித

* "பிராணயாமம் இரேசகம் பூரகம் கும்பகம் சூனியகமென விவேகிகளாற் சொல்லப்படும்" என்று நாரதீயத்திலும், ஸௌரபுராணத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே கூறிய சூனியகமென்பது இந்நூலிலும் வசிஷ்டர்முதலியோராலும் கேவலகும்பகமென்னும் பெயரால் வழங்கப்பட்டிருக்கின்றது. அது "பாஹ்யாப்யந்தரவிஷயாக்ஷேபீ சதுர்த꞉ || உள்ளும் வெளியுமிருப்பனவாகிய இரேசகபூரகங்களை யதிக்கிரமித்து (விட்டு) த்தானாயிருப்பது நான்காவதா (கேவல கும்பகமா)ம்." என்று பதஞ்சலிபகவானாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

மற்றோர் எண்வகைப் பிராணயாமம் அன்னபூர்ணோபநிஷத்திலும், வாசிட்டத்தில் புசுண்டர் கதையிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

அவ்வெட்டுமாறு;— (க-உ) வாயு நாசிநுனிமுதல் சிரசுவரையிலும் சிரசுமுதல் இருதயம்வரையிலுமாகச் செல்லுதல், இருவகை உட்பூரகமாம்.

மாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கும்பகம் சகிதகும்பகம்

(கூ) அபானன் ஒடுங்கிப் பிராணன் இருதயத்திலுண்டாகாதிருக்கும் பூரணாவஸ்தை, உட்கும்பகமாம்.

(ச) இருதயத்தினின்றும் பிராணன் தோற்றுவதற்கு வாயு வெளிநோக்குதல் (சிரசுபரியந்தம் செல்லுதல்), உள்இரேசகமாம்.

(ரு-சு) வாயு சிரசுமுதல் நாசிநுனிவரையிலும், நாசிநுனிமுதல் வெளியிற் பன்னிரண்டங்குலம் வரையிலுமாகச் செல்லுதல், இருவகைப் புறப்பூரகமாம்.

(எ) பிராணன் ஒடுங்கி அபானன் துவாதசாந்தத்தி லுண்டாகாதிருக்கும் பூரணாவஸ்தை, புறக்கும்பகமாம்.

(அ) வெளியிலிருந்தும் அபானன் தோற்றுவதற்கு வாயு உள்நோக்குதல், புறஇரேசகமாம்.

இருதயத்தினின் றுதித்து வெளியிற பன்னிரண்டங்குல அளவிலொடுங்கும் வாயு இரவியெனும் பிராணனும். துவாதசாந்தத்திலிருந்துண்டாய் இருதயகமலத்திலொடுங்கும் வாயுமதியெனும் அபானனும். மேற்கூறிய பிராணாபானகதிகளில் நடக்கும்போதும் இருக்கும்போதும் கனவிலும் நனவிலும் எப்போதும் இடைவிடாது மனதைச் செலுத்தினால், அப்போது நீண்ட ஆயுளும், பிராணன் ஒடுங்கி அபானன் உண்டாகாமலிருப்பதும் அபானன் ஒடுங்கிப் பிராணன் தோற்றாதிருப்பதுமாகிய மத்தியகத சிற்பாநிலை (ஜீவன் முத்தி) யுமுண்டாகும்.

அஜபை:— பூரகரேசகங்களைச் செய்யுங்கால் 'ஹம்ஸ, ஸோஹம்' என்று நேராகவும் தலைகீழாகவும் பிரகாசிக்கிற அஜபாமந்திரத்தினால் தத்துவமசி யென்னும் மகாவாக்கியத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் ஜீவப்பிரமைக்கியம் அடிக்கடி சிந்திக்கப்படுகின்றது.

இந்த ஸோஹ மென்னும் அஜபாகாயத்திரியை ஈசுவரநாமத்தைப்போல் ஜபித்தல் சித்தசுத்திக்கு ஏதுவாம். வெகுகாலம்வரையில் ஜபஞ்செய்யின் விருத்தி அந்தர்முகப்படும். அப்போது சுவாசம் வெளிப்படுங்கால் ஸகாரத்தை (ஸோவென்பதை) யும், சுவாசம் உட்பிரவேசிக்குங்கால் ஹகாரத்தை (ஹம்மென்பதை) யும் தியானிக்கவேண்டும். இதை 'ஹகாரேண வெளியாதி ஸகாரேண விசேத்புந:'

கேவலகும்பகமென இரண்டுவிதமென்பது யோகிகளது கொள்கை. எ-று.

𑌹𑌂𑌸𑌹𑌂𑌸𑍇𑌤𑍍𑌯𑌮𑍁𑌂 𑌮𑌨𑍍𑌤𑍍𑌰𑌂𑌜𑍀𑌵𑍋𑌜𑌪𑌤𑌿𑌸𑌰𑍍𑌵𑌦𑌾 ॥ 𑌗𑍁𑌰𑍋𑌰𑍍𑌵𑌾𑌕𑍍𑌯𑌾𑌤𑍍𑌸𑍁𑌷𑍁𑌮𑍍𑌨𑌾𑌯𑌾𑌂 𑌵𑌿𑌪𑌰𑍀𑌤𑍋𑌭𑌵𑍇𑌜𑍍𑌜𑌪𑌃 । 𑌸𑍋𑌹𑌂𑌸𑍋𑌹𑌮𑌿𑌤𑌿𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑍋𑌮𑌨𑍍𑌤𑍍𑌰𑌯𑍋𑌗𑌃𑌸𑌉𑌚𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ 𑌸𑌕𑌾𑌰𑌃𑌖𑍇𑌚𑌰𑍀𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌸𑍍𑌤𑍍𑌵𑌂𑌪𑌦𑌂𑌚𑍇𑌤𑌿𑌨𑌿𑌶𑍍𑌚𑌿𑌤𑌮𑍍 । 𑌹𑌕𑌾𑌰𑌃𑌪𑌰𑌮𑍇𑌶𑌃𑌸𑍍𑌯𑌾𑌤𑍍𑌤𑌤𑍍𑌪𑌦𑌂𑌚𑍇𑌤𑌿𑌨𑌿𑌶𑍍𑌚𑌿𑌤𑌮𑍍 ॥ 𑌸𑌕𑌾𑌰𑌂𑌧𑍍𑌯𑌾𑌯𑌤𑍇𑌜𑌨𑍍𑌤𑍁𑌰𑍍𑌹𑌕𑌾𑌰𑍋𑌹𑌿𑌭𑌵𑍇𑌦𑍍𑌧𑍍𑌰𑍁𑌵𑌮𑍍 ॥ ‘ஹகாரத்தால் வெளியிற் சென்று ஸகாரத்தால் மறுபடியும் உட்செல்லுகின்றது. ஹம்ஸம்ஹம்ஸமென்னும் இம்மந்திரத்தை ஜீவன் எப்போதும் ஜெபிக்கிறான். குருவாக்கியத்தினால் (இம்மந்திர)ஜெபம் சுழுமுனையில் விபரீதமாயுண்டாகின்றது. அது ஸோஹம் ஸோஹமென்றடையப்பட்டதாய் மந்திரயோகமெனப்படுகின்றது’. ஸகாரம் கேசரி யெனப்படுகின்றது. துவம் பதமென்றும் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஹகாரம் பரமேசுவரனாகின்றார். தத்பதமென்றும் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. ஸகாரத்தைத் தியானிக்கும் ஜந்து நிச்சயமாய் ஹகாரமேயாகின்றான்’. என்னும் யோகபீஜம், யோகசூடாமணியுபநிஷத்து, யோகதத்துவோபநிஷத்துமுதலியவற்றாற் காண்க. இது அஜபாகாயத்திரியாம். இதற்கு முக்கியமாக நிவர்த்தியுடைய சந்நியாசி அதிகாரியாவன். அது சோபாதிகதியானம். இவற்றுணின்றும் ஸகாரம்ஹகாரமென்னும் மெய்யெழுத்துக்களையும் நீக்கி எஞ்சிநிற்கும் ‘ஓம்; என்னும் அக்ஷரத்தைத் தியானித்தல் நிருபாதிகமாம். ‘ஓம்’ ‘ஸோஹம்’ என்னுமிவ்விரண்டு சப்தங்களும் பிரத்தியகாத்மாவோடு அபின்னமாகிய பிரமமென்னும் ஒரே அர்த்தமுடையன. சுத்தமாயிருத்தலால் நிருபாதிகமாயினும், ‘ஓம்’ என்னும் அக்ஷரத்தில் ஸகாரம்ஹகாரமென்னும் உபாதிகளைச்சேர்த்தலால் ‘ஸோஹம்’ என்னும் சப்தமுண்டாகின்றது. ஆகையால் அது சோபாதிகமெனப்படுகின்றது. இவ்வோங்காரத்தின் உபாசனைமாண்டூக்கியாதி உபநிஷத்துகளிலும் அப்படியே விசாரசாகரம், பதார்த்தமஞ்சூஷாமுதலிய நூல்களிலும் விஸ்தாரமாய்ச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

"ப்ராண: ஸ்வதேஹஜோ வாயு: ஆயாமஸ்தந்நிரோதநம் ||
பிராணமென்பது தனது தேகத்தில் ஜீவித்திருக்கும்வாயு. ஆ
யாமம். அதைத்தடுத்தல்" என்று கோரக்கநாதரால் பிராணாயாம
லக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது "பஹிர்யத்ரேசநம் வா
யோருதராத்ரேசக: ஸ்ம்ருத: || வயிற்றினின்றும் வாயுவை
வெளியில் இரேசித்தல் (விடுதல்), இரேசகமாம்" என்று யாக்ஞ
வல்கியரால் இரேசகலட்சணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது "நி
ஷ்க்ரம்ய நாஸாவிவராதஶேஷம் ப்ராணம் பஹி: ஶூந்யமிவாநி
லேந | நிருச்ச்வஸந் திஷ்டதி ருத்தவாயு: ஸ ரேசகோ நாம
மஹாநிரோத:|| நாசித்துவாரத்தால் வாயுமுழுவதையும் வெளி
யில் செலுத்திக் காற்றற் சூனியம்போல் நிரோதித்து, நிரோ
திக்கப்பட்ட வாயு செவ்வையாக நிற்றல், இரேசகமென்னும் ம
காநிரோதமாம்" என்பது இரேசகப் பிராணாயாமலக்ஷணம்.
"பாஹ்யாதாபூரணம் வாயோ ருதரே பூரகோ ஹி ஸ:||
வெளியினின்றும் வாயுவை வயிற்றில் நிரம்பப்பூரித்தல், பூரக
மாம்" என்பது பூரகலக்ஷணம். "பாஹ்யே ஸ்திதம் க்ராணபு
டேந வாயுமாக்ருஷ்ய தேநைவ ஶநை: ஸமந்தாத்| நாடீ
ஶ்ச ஸர்வா: பரிபூரயேத்ய: ஸ பூரகோ நாம மஹாநி
ரோத: || வெளியில் உள்ள வாயுவை நாசித்துவாரத்தால்
மெல்ல இழுத்து, அதனாலேயே எல்லா நாடிகளையும் நிரப்புவ
து எதுவோ, அது பூரகமென்னும் மகாநிரோதமாம்" என்ப
து பூரகப்பிராணாயாமலக்ஷணமாம் "ஸம்பூர்ய கும்பவத்வா
யோ ர்தாரணம் கும்பகோ பவேத்|| கும்பத்தைப்போல செ
வ்வையாய்ப் பூரித்து வாயுவைத் தரித்தல், கும்பகமாகின்றது"
என்பது கும்பகலக்ஷணம். இக்கும்பகம் பூரகப்பிராணாயாமத்தி
ற்கு அபின்னமாம். பின்னமோ "நரேசகோ நைவ ச பூர
கோத்ர நாஸாபுடே ஸம்ஸ்திதமேவ வாயும்| ஸுநிஶ்சலம்
தாரயதே க்ரமேண கும்பாக்யமேதத் ப்ரவதந்தி தஜ்ஜ்ஞா:||

இதில் இரேசகமுமில்லை. பூரகமுமில்லை. நாசியிற் பொருந்தியுள்ள வாயுவைக் கிரமமாய் அசைவில்லாததாகச் செய்தலாகிய இதைக் கும்பகமென்று அறிஞர் கூறுவர்" என்பதாம். சஹித மென்பதனால் வேறுவிதமாகப் பிராணாயாமத்தை பிரிக்கின்றார். சஹிதகும்பகமானது இரேசகபூர்வகம், கும்பகபூர்வகமென இரண்டுவிதமாம். அது "ரேச்ய பூர்ய வா க்ரியதே ஸ வை ஸஹிதகும்பக:॥ அந்தச் சஹிதகும்பகம் இரேசித்தாவது பூரித்தாவது செய்யவேண்டும்" என்பதனாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அவற்றுள் இரேசகபூர்வககும்பகம் இரேசகப்பிராணாயாமத்திற்கு வேறன்று. பூரகபூர்வககும்பகம், பூரகப்பிராணாயாமத்திற்கு வேறன்று. கேவலகும்பகம் கும்பகப்பிராணாயாமத்திற்கு வேறன்று. முற்கூறிய சூரியபேதன முதலியவைகள் பூரகபூர்வக கும்பகத்தின் பேதங்களென அறிக. (எ0)

(அ-கை) சஹித கும்பகாப்பியாசத்தின் அவதி(எல்லை)யையும் கேவலகும்பகத்தின் இலக்ஷணத்தையும் கூறுகின்றார்.

யாவத் கேவலஸித்தி: ஸ்யாத் ஸஹிதம் தாவதப்யஸேத் ।
ரேசகம் பூரகம் முக்த்வா ஸுகம் யத்வாயுதாரணம் ॥
ப்ராணாயாமோऽயமித்யுக்த: ஸ வை கேவலகும்பக:॥

(இ-ள்) கேவலகும்பகத்தின் சித்தியுண்டாகும் வரையிலும் சூரியபேதாதி சஹிதகும்பகத்தை யப்பியசிக்கவேண்டும். இரேசகபூரகங்களைவிட்டு வருத்தமுண்டாகாதபடி வாயுவைத் தரித்தல் எதுவோ, அந்த இதுவே கேவலகும்பகப்பிராணாயாம மெனப்படும். எ-று.

சுழுமுனையைப் பேதித்தபிறகு எப்போது சுழுமுனைக்குள் கடசப்தங்கள் உண்டாகின்றனவோ, அப்போது கேவலகும்பகம் சித்திக்கின்றது. அதன்பின் சஹிதகும்பகங்கள் பத்து அல்லது இருபது செய்யவேண்டும். எண்பது எண்ணிக்கைவரையில் கேவலகும்பகங்களினாலேயே செய்யவேண்டும் சாமர்த்

நியமிருந்தால் கேவலகும்பகங்கள் என்பதிற்குமேலும் செய்ய த்தக்கனவாம். (எகஉ)

(அ-கை) கேவலத்தைப் புகழ்கின்றார்.

கும்பகே கேவலே ஸித்தே ரேசபூரகவர்ஜிதே ॥
ந தஸ்ய துர்லபம் கிஞ்சித் த்ரிஷு லோகேஷு வித்யதே ।
ஶக்த: கேவலகும்பேந யதேஷ்டம் வாயுதாரணாத் ॥
ராஜயோகபதம் சாபி லபதே நாத்ர ஸம்ஶய: ॥ எங ॥

(இ.ள்) இரேசக பூரகங்களில்லாத கேவலகும்பகம் சித்திக்குமாயின், அந்த யோகிக்கு மூன்று உலகத்திலும் அடைதற்கரிய தொன்றுமில்லை. (அவனுக்கு எல்லாம் சுலபமென்பது பொருள்). கேவலகும்பகாப்பியாசத்தால் சாமர்த்தியமுடையவன், இஷ்டப்படி வாயுவைக்கொள்ளுதலால், இராஜயோகபதத்தை யடைகிறான். இதிற் சமுசயமில்லை (இது நிச்சயமே). எ-று.

(அ-கை) கும்பகாப்பியாசம் பரம்பரையாய்க் கைவல்லியத்திற்கு ஏதுவாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

கும்பகாத் குண்டலீபோத: குண்டலீபோததோ ப
வேத் । அநர்களா ஸுஷும்நா ச ஹடஸித்திஶ்ச ஜாயதே ॥

(இ-ள்) கும்பகாப்பியாசத்தால் குண்டலியென்னும் ஆதாரசக்திக்கு விழிப்பு (நித்திராபங்கம்) உண்டாகின்றது. குண்டலியின் விழிப்பால் சுழுமுனைநாடி, கபமுதலிய பிரதிபந்தங்களில்லாததாகின்றது. பிரத்தியாகாரமுதலிய பரம்பரையால் கைவல்லியவடிவமாகிய ஹடாப்பியாசத்தின் சித்தியுமுண்டாகின்றது. எ-று. (எச)

(அ-கை) ஹடயோக இராஜயோகங்களிரண்டும் ஒன்றற்கொன்று உபகாரியும் உபகாரகமுமா மென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஹடம் விநா ராஜயோகோ ராஜயோகம் விநா ஹட: ॥

𑌨 𑌸𑌿𑌧𑍍𑌯𑌤𑌿 𑌤𑌤𑍋 𑌯𑍁𑌗𑍍𑌮𑌮𑌾𑌨𑌿𑌷𑍍𑌪𑌤𑍍𑌤𑍇𑌃 𑌸𑌮𑌭𑍍𑌯𑌸𑍇𑌤𑍍 ॥

(இ-ள்) ஹடயோக மின்றியில் இராஜயோகமும், இராஜயோகமின்றியில் ஹடயோகமும் சித்தியாது. அதனால் (இரண்டிலொன்றின்றிச் சித்தியாதாகலின்) இராஜயோகஞ் சித்திக்குமளவும் ஹடயோக இராஜயோகங்க* ளிரண்டையு மப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

ஜீவனத்திற்குச் சாதனமாகிய உழவில் ஜீவனசப்தம் பிரயோகிக்கப்படுவதுபோல, இங்கே ஹடயோகத்திற் கந்நியமான சாக்ஷாத் அல்லது பாரம்பரையாகிய இராஜயோகசாதனத்தில் இராஜயோகசப்தம் பிரயோகிக்கப்படுகின்றது. நான்காவது உபதேசத்தில் சொல்லப்படும் உன்மனி சாம்பவி முத்திரை முதலிய வடிவினது, அல்லது அபரோக்ஷானுபூதியிற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் பதினைந்து அங்கவடிவினது, அல்லது வாக்கிய சுதையில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் திருசியானுவித்தமுதலியவடிவினது, இராஜயோகசாதனமாம். (௭௬)

(அ-கை) ஹடயோகத்தால் இராஜயோகத்தை யடையுந் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑌕𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌰𑍋𑌧𑌾𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌕𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾𑌚𑍍𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌂 𑌨𑌿𑌰𑌾𑌶𑍍𑌰𑌯𑌮𑍍 । 𑌏𑌵𑌮𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌯𑍋𑌗𑍇𑌨 𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌪𑌦𑌂 𑌵𑍍𑌰𑌜𑍇𑌤𑍍 ॥ ௭௭ ॥

---

* "காமக்குரோதமுதலிய இத்தோஷங்களினின்றும் நீங்கிய அந்த ஜீவன் சிவனெனப்படுவன். ஆகையால் அந்தத்தோஷங்கள் நசிக்கும் பொருட்டு உனக்கு உபாயம் சொல்லுகிறேன்:— ஞானம் உபாயமாமென்று சிலர் சொல்லுவர். ஆனால் இங்கே கேவலம் ஞானம் சித்தியைத் தராது. யோகமின்றிய ஞானம் இங்கே எப்படி மோக்ஷத்தைத் தருவதாம். யோகமும் ஞானமின்றியில் மோக்ஷகர்மத்தில் சாமர்த்தியமுடையதாகாது. ஆகையால் ஞானத்தையும் யோகத்தையும் முமுக்ஷுக்கள் திடமாயப்பியசிக்கவேண்டும்" என்று யோகசிகோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) கும்பகத்தினலுண்டாகும் பிராணநிரோதத்தின் மத்தியில் சித்தத்தை (அந்தக்கரணத்தை) நிராசிரயம் (ஆசிரயமில்லாததாகச்) செய்யவேண்டும். அதாவது சம்பிரஞ்ஞாத சமாதியுண்டாகுங்கால் பிரமாகாரஸ்திதிக்கு அந்நியமானவைகளை வைராக்கியத்தால் விலயம்செய்யவேண்டுமென்பதாம். இப்படி அப்பியாசத்தின் யோகத்தால் (யுக்தியால்) இராஜயோகபதத்தை யடைகிறான். எ-று.

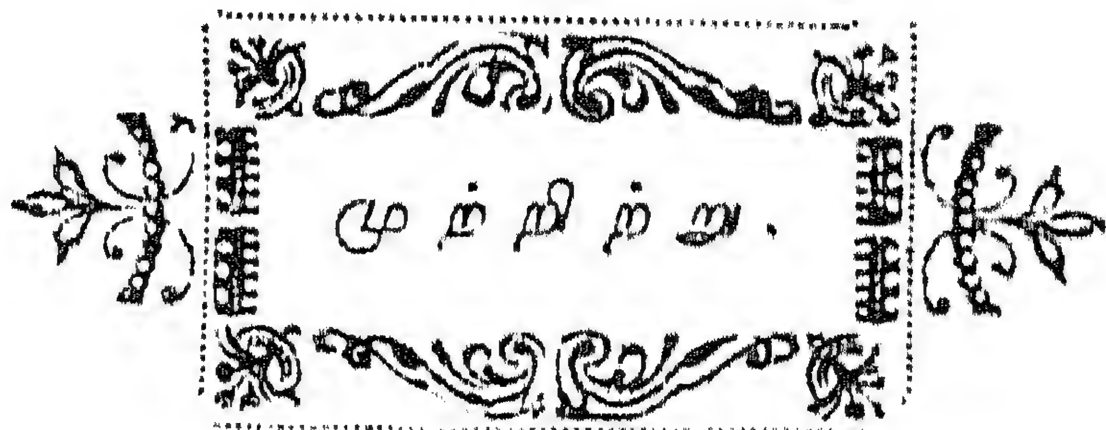
“யோகஸ்ஸந்நஹநோபாய த்யாந ஸங்கதி யுக்திஷு” யோகமென்பது கவசமுதலியன, உபாயம், தியானம், சேர்க்கை, யுக்தியென்பவற்றிற்குப் பெயர் என்பது அமரம் (நிகண்டு).

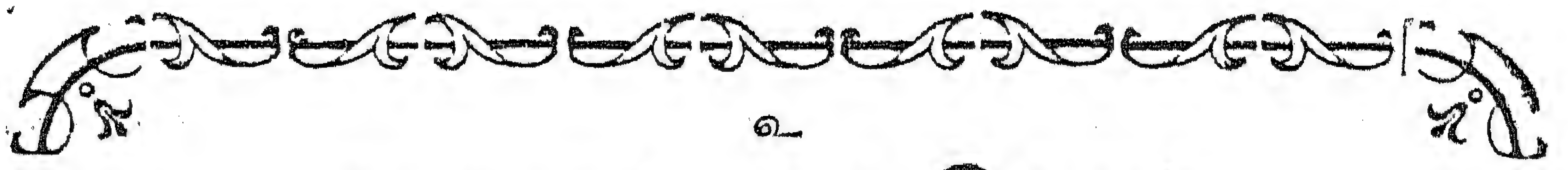
(அ-கை) ஹடசித்தியின் ஞாபக (அடையாள) த்தைக் கூறுகின்றார்.

வபு: க்ருசத்வம் வதநே ப்ரஸந்நதா நாதஸ்புடத்வம்
நயநே ஸுநிர்மலே | அரோகதா பிந்துஜயோऽக்நிதீப
நம் நாடீவிசுத்திர் ஹடஸித்திலக்ஷணம் || ||எஎ||

(இ-ள்) தேகமெலிவு, முகமலர்ச்சி, நாதத்தின் பிரகடத்தன்மை, நேத்திரத்தின் தெளிவு, ரோகமின்மை, விந்து (தாது) க்ஷயம், உதராக்கினி தீபனம், நாடிசுத்தி யென்பவை ஹடயோகலக்ஷணமாம். (எஎ)

இரண்டாம் உபதேசம்.





உ

மூன்றாம் உபதேசம்.

(அ-கை) இனிக் குண்டலி சர்வயோகத்திற்கும் ஆசிரயமாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஸஶைலவநதாத்ரீணாம் யதாதாரோऽஹிநாயக: |
ஸர்வேஷாம் யோகதந்த்ராணாம் ததாதாரோ ஹி
குண்டலீ || || க ||

(இ-ள்) மலை, காடு முதலியவற்றோடு கூடிய பூமிகளுக்கு எப்படி ஆதிசேஷன் ஆதாரமாயிருக்கின்றானோ, அப்படியேயெல்லா யோகதந்திர (அப்பியாச)த்திற்கும குண்டலி ஆதாரசக்தி (ஆசிரயம்) ஆகும். எ-று.

பூமி மூன்றாயினும் தேசபேதத்தால் பேதமாவதைக்கொண்டு, அது பன்மையாகச் சொல்லப்பட்டது. குண்டலியின் விழிப்பின்றியில் சர்வ யோகோபாயங்களும் வியர்த்தமாகுதலால், அது அவற்றிற்கு ஆதாரமாகுமென்றார். (க)

(அ-கை) குண்டலி விழித்தலா லுண்டாகும் பிரயோசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸுப்தா குருப்ரஸாதேந யதா ஜாகர்தி குண்டலீ |
ததா ஸர்வாணி பத்மாநி பித்யந்தே க்ரந்தயோऽபி ச || || உ ||

(இ-ள்) நித்திரைசெய்யும் குண்டலியானது குருப்பிரசாதத்தா லெப்போது விழிக்கின்றதோ, அப்போது சகல பதுமங்களும் * (ஆறு சக்கரங்களும்) பிரமகிரந்தி விஷ்ணுகிரந்தி உரு

* இவ்வாதாரங்களின் இலட்சணம் ஷட்சக்கர நிரூபணமுதலிய நூல்களிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. அது இங்கே சுருக்கமா யெழுதப்படுகின்றது:—

த்திரகிரந்தி என்னும் மூன்று கிரந்திகளும் பேதத்தை யடைகின்றன. எ-று. (௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible] ।
[illegible] ॥ ॥ ௬ ॥

(க) யோனிஸ்தானத்திலுள்ள மூலாதார சக்கரம் இரத்தவர்ணமாகிய நான்கு இதழையும், வஶஷஸ என்னும் சுவர்ணமயமாகிய நான்கு வர்ணங்களையும் உடையதாம். இக்கமலத்தின் கர்ணிகையில் நாற்கோணமுள்ளதும், எட்டுச் சூலங்களாற் சூழப்பட்டதும், மஞ்சள்நிறமுள்ளதுமான பூமண்டலமிருக்கின்றது. அதின் மத்தியில் நான்கு புஜங்களையுடையதும், கையில் வஜ்ஜிராயுதத்தை யுடையதும், ஐராவதத்திலேறியதுமாகிய பொன்னிறமான * ணம் என்னும் பூமிபீஜ மிருக்கின்றது. அப்பீஜமாகிய விந்துவின் மத்தியில் நான்குமுகங்களும் நான்கு புஜங்களு முள்ளவரும், தண்டம் கமண்டலம் அக்கமாலை அபயமென்பவற்றைத் தரித்தவரும், இரத்தவர்ணமுள்ளவருமாகிய சிசுவடிவப்பிரமாவிருக்கின்றார். அந்த இரக்தபதுமத்தில் இரக்தவர்ணமுள்ளதும், நான்கு புஜங்களுடையதும், சூலம், கட்வொங்கம், வாள், சஷகம் (பானபாத்திரம்) என்பவற்றைக் கையிலுடையதுமாகிய சக்கரத்தை நடத்தும் டாகினி சத்தியிருக்கின்றது. கர்ணிகையின் மத்தியில் மின்னல் வடிவமாகிய திரிகோணமிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் காமவாயுவும் இரக்தவர்ணகாமபீஜமு மிருக்கின்றது. அதன்பேரில் கருநிறமுள்ள சுயம்புலிங்கமிருக்கின்றது. அதற்குமேல் மூன்றரை வலயவடிவமாயிருக்கும் குண்டலிசக்தி யிருக்கின்றது. அதன்மேல் இலிங்கத்தின்மீது தண்டாகாரமாக சித்கலை யிருக்கின்றது.

(உ) இலிங்கமூலத்திலுள்ள சுவாதிஷ்டான சக்கரம் மின்னலொளிபோன்ற விந்துவோடுகூடிய ப ப⁴ ம ய ர ல என்னும் ஆறு வர்ணங்களுள்ள சிந்தூரநிறமுடைய ஆறு இதழ்களையுடையதாம். அந்தக் கர்ணிகையில் அர்த்தசந்திரவடிவமாய் எட்டுத்தளங்களையுடைய வெண்ணிற ஜலமண்டல மிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் பாசத்தைக் கையிலுடையதும் மகரவாகனத்தி லேறியதுமாகிய வம்மென்னும் அப்பு பீஜமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் விஷ்ணு சதுர்ப்புஜராய், சங்கு சக்கர க

* ஞம் என்னும் பீஜமென்றும் கூறுவர்.

(இ-ள்) சூனியபதவியெனும் சுழுமுனை பிராணவாயுவின் இராஜமார்க்கமாக ஆசிரிக்கப்படுகின்றது (சுகமாகப் போக்குச்சம்பவித்தலால்). அப்போது சித்தம் நிராலம்ப (நிர்விஷய) மா

தாபத்மதாரியாய், பீதாம்பரராய், வனமாலை ஸ்ரீவற்சம் கௌஸ்துபம் என்பவற்றைத் தரித்தவராய்க் கருடாரூடராய், யௌவன வடிவரா யிருக்கின்றார். அக்கர்ணிகையில் இரக்த பதுமத்தின்பேரில் கருநிறமும், நான்கு புயங்களும், மூன்று நேத்திரங்களும், வளைந்த பற்களுமுடைய பயங்கரமான ராகினி யென்னும் சக்தியானது வெள்ளையன்னம் இரக்த தாரை யென்பவற்றிற் பிரியமுடையதாய்ச், சூலம் சங்கு உடுக்கை உளி யென்பவற்றைத் தரித்திருக்கின்றது.

(ங) நாபிஸ்தானத்திலுள்ள மணிபூரகம் மேகநிறமுள்ள [illegible] என்னும் பத்து வர்ணங்களோடுகூடிய பத்து தளமுடையதாம். அக்கர்ணிகையில் திரிகோணவடிவமும், அத்திரிகோணத்திற்கு வெளியில் மூன்று சுவஸ்திகைகளோடு கூடியதும் இரக்தவர்ணமுள்ளதுமாகிய அக்கினிமண்டலமு மிருக்கின்றது. (இங்கே மத்தியில் மேல்நோக்கிய நாலு வாயில்களையுடைய இரண்டு ரேகை சுவஸ்திகை யெனப்பட்டது.) அதன் மத்தியில் சதுர்ப்புஜமுள்ளதும், வஜ்ஜிரம் சக்தி வரம் அபயமென்பவற்றைத் தரித்ததும், மேஷத்திலேறியுள்ளதுமாகிய [illegible] என்னும் அக்கினிபீஜ மிருக்கின்றது. அதில் விருஷபாரூடரும், செந்நிறமுள்ளவரும், இரண்டு புஜங்களுடையவரும், வரம் அபயமென்பவற்றைத் தரித்தவரும், வெண்ணீறு வெண்மையான ஆபரண முதலியவற்றால் வெண்மையாக்கபபட்ட தேகமுடையவரும், விருத்தருமாகிய உருத்திரன் இருக்கிறார். கர்ணிகையில் இரக்தபதுமத்தில் மூன்று முகம் மூன்றுகண் நான்குபுயம் கோரப்பற்கள் என்பவற்றை யுடையதும், நீலவர்ணமுள்ளதும், வஜ்ரம் சக்தி அபயம் வரம் என்பவற்றைத் தரித்ததும், இரத்தத்தோடுகூடிய கேசரான்னம் மாமிசமென்பவற்றை விரும்பியதுமாகிய லாகினியென்னும் சக்தி யிருக்கின்றது.

(ச) இருதயஸ்தானத்திலுள்ள அநாகதசக்கரம் உச்சித்திலகப் புஷ்பம்போன்ற சிந்தூரவர்ணமுள்ள விந்துவோடுகூடிய [illegible] என்னும் பன்னிரண்டு வர்ணங்களோடுகூடிய பன்னிரண்டு இதழ்களை யுடையது. அக்கர்ணிகையில் புகைநிறமுள்ள அறுகோண வடிவமான வாயுமண்டல மிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில்

இன்றது. அப்போது (சித்தம் நிராலம்பமாகுங்கால்) காலனை வஞ்சி (கட) த்தலு முண்டாகின்றது. எ-று. (௩)

(அ-கை) அமுமுனையின் பரியாயங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஸஷட்சக்ராஸ்ரமாந்யபதி ப்ரஹ்மாண்யம் ஸஹாவயஃ |
ஸ்வாதிஷ்டானம் ஸ்வாம்பவீயம் ரகமுமஹேசித்யகாவகாஃ ||

கோடிமின்னல் ஒளிபோன்ற திரிகோணமிருக்கின்றது. அதின்மேல் கறுமானி லேறியதும், புகைபோன்ற கறுநிறமுள்ளதும். நாற்புயமுடையதும், அங்குசத்தைக் கையிலுடையதுமாகிய யம் என்னும் வாயுபீஜ மிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் இரண்டு புயங்களும் வராபயகரமும் திரிநேத்திரமுமுள்ள ஹம்சநிறமான ஈசனிருக்கின்றார். அக்கர்ணிகையில் இரக்த பதுமத்தின் பேரில் மஞ்சள்நிறமுள்ளதும், நான்குபுயங்களுடையதும், பாசம் கபாலம் வரம் அபயமென்பவற்றைக் கையிலுடையதும், மஞ்சள்வஸ்திரமுடுத்துச் சர்வாலங்காரத்தோடு கூடியதும், அமிர்தத்தால் நனைக்கப்பட்ட இருதயமுடையதும், சங்காளமாலை தரித்ததுமாகிய காகினி யென்னும் சக்தி யிருக்கின்றது. மத்திய திரிகோணத்தில் அர்த்தசந்திர விந்துரூப மஸ்தகமுடையதும், காமத்தைக் கக்கும் பிரகாசமுடையதுமான சுவர்ணவர்ண பாணலிங்கமாகிய சிவமிருக்கின்றது. அதன்கீழ் மிக ஸ்திரமுள்ள தீபமொட்டு வடிவமான ஹம்ஸரூபியாகிய ஜீவாத்மாவிருக்கின்றது. இக்கர்ணிகையின் கீழ் இரக்தவர்ணமுள்ள ஊர்த்துவமுகமாகிய அஷ்டதள (எட்டிதழ்ப்) பதும மிருக்கின்றது. அதில் கற்பவிருக்ஷம், இரத்தினவேதி (மேடை), சந்திரன், சூரியன், கொடிமுதலியவற்றால் அலங்கரிக்கப்பட்ட மானசபூஜைக்குரிய ஸ்தானமிருக்கின்றது.

(ரு). கண்டத்தினடியிலுள்ள விசுத்தசக்கரம் இரக்தநிறமான மகரந்தமுள்ளதும், இரக்தவர்ணமான அ ஆ இ ஈ உ ஊ ரு ரூ லு லூ ஏ ஐ ஒ ஔ அம் அஃ எனனும் பதினாறு இதழ்களையுடையதுமாம். கர்ணிகையில் வட்டவடிவமாகிய வெண்ணிறமான ஆகாய மண்டலமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் திரிகோணமும் அதில் சந்திர மண்டலமுமிருக்கின்றது. அதன்மேல் வெள்ளைவஸ்திரமுடுத்ததும், நான்குபுயங்களுடையதும், பாசம் அங்குசம் வரம் அபயம் என்பவற்றைத்தரித்ததும், வெள்ளைநிறமுடையதும், வெள்ளையானையிலேறியதுமாகிய ஹம் என்னும் ஆகாயபீஜமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் இடபத்

(இ-ள்) சுழுமுனை, சூனியபதவி, பிரமரந்திரம், மகாபத ம் (பெருவழி), மயானம், சாம்பவி, மத்தியமார்க்கமென்னு மி வை ஏகவாசகங்க (பரியாயங்க) ளாம். எ-று. (சு)

தின் பேரிலுள்ள மகாசிங்காசனத்தில் சதாசிவன் அர்த்தநாரீசுவரராயிரு த்தலால் பாதியங்கம் சுவர்ணநிறமும் பாதியங்கம் வெண்ணிறமுமாக விளங்குகிறவராய், ஐந்துமுகங்களும் மூன்று நேத்திரமும் பத்துப்புஜங் களுமுடையவராய், சூலம்,டங்கம்(கல்லுளி), வாள், வஜ்ஜிரம், எரி, நாக ம், மணி,அங்குசம்,பாசம்,அபயம் என்பவற்றைப் பத்துக்கையிலுமுடை யவராய்ப், புலித்தோலாடையுடுத்தவராய், சர்வாங்கமும் விபூதியணிந்த வராய், நாகாபரணசோபிதராய், அமுதத்தை யொழுக்கும் அதோமுக மாகிய பாதிப்பிறையைச் சூடியவராயிருக்கின்றார். இக்கர்ணிகையில் ச ந்திரமண்டலமத்தியில் இதன்பேரிலிருக்கும் ஸாகினியென்னும் சக்தி யானது வெண்ணிறமும் நான்கு புயங்களும் பாசம் அங்குசம் தனுசு பா ணமென்பவற்றையுடைய கைகளும் பீதாம்பரமும் ஐந்துமுகமும் மூன் று நேத்திரமு முடையதாயிருக்கின்றது.

(சு) புருவநடுவிலுள்ள ஆக்ஞைசக்கரம் சித்திரவர்ணமுள்ள ஹ க்ஷ என்னும் இரண்டு வர்ணங்களோடுகூடிய வெண்ணிறமான இரண்டு இத ழ்களையுடையது. கர்ணிகையின் மத்தியில் சக்கரத்தைச் செலுத்தும் ஹாகினி சக்தியானது வெண்ணிறமுள்ளதாயும், செந்நிறமான ஆறுமு கங்களும் மூன்றுநேத்திரமும் ஆறுபுஜங்களு முடையதாயும், வரம் அப யம் அக்கமாலை கபாலம் உடுக்கை புத்தகமென்பவற்றைத் தரித்ததாயும் சுக்கிலபதுமத்தின் பேரிலிருக்கின்றது. அதற்குமேல் திரிகோணத்தி ல் மின்னல்வடிவான வெண்ணிறமுள்ள இதரவென்னும் இலிங்கமி ருக்கின்றது. அதற்குமேல் திரிகோணத்தில் பிரணவவடிவமாகிய அந் தராத்மா தீபத்தைப்போன்ற ஜோதியாயிருக்கின்றது. அதன் நான்கு திக்குகளிலும் அந்தரிக்ஷ(ஆகாய)த்தில் பொறிபிம்பங்களாற் சூழப்பட் டதும் எரிகின்ற விளக்குப்போன்ற தனது தேஜசால் மூலமுதல் பிர மரந்திரம்வரையிலும் பிரகாசிப்பதுமாகிய ஜோதியிருக்கின்றது. அத ன்பேரில் சூட்சுமவடிவமாகிய மனமிருக்கின்றது. அதன்பேரில் சந்தி ரமண்டலத்தில் சக்தியோடுகூடிய ஹம்ஸமாகிய பரமசிவமிருக்கின்றது. இதற்குமேல் காரண அவாந்தரசரீரம் சகஸ்திரதளகமலமுதலியவற்றி ன் ஸ்தானம் சொரூபமுதலியன சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இவ் வாறு ஆறாதாரங்களின் இலக்ஷணம் சொல்லப்பட்டது. இதை விசே ஷமா யறியவிரும்புவோர் ஷட்சக்ரநிருபணமுதலிய நூல்களிற் காண்க.

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌤𑌸𑍍𑌮𑌾𑌤𑍍𑌸𑌰𑍍𑌵𑌪𑍍𑌰𑌯𑌤𑍍𑌨𑍇𑌨 𑌪𑍍𑌰𑌬𑍋𑌧𑌯𑌿𑌤𑍁𑌮𑍀𑌶𑍍𑌵𑌰𑍀𑌮𑍍 ।
𑌬𑍍𑌰𑌹𑍍𑌮𑌦𑍍𑌵𑌾𑌰𑌮𑍁𑌖𑍇 𑌸𑍁𑌪𑍍𑌤𑌾𑌂 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌂 𑌸𑌮𑌾𑌚𑌰𑍇𑌤𑍍 ॥

(இ-ள்) ஆகலால் (குண்டலிபோதத்தினாலேயே ஷட்சக்ரபேதமுதலியவை யுண்டாகின்றமையால்) முழுமுயற்சியோடும் பிரமத்துவாரத்தின் (சச்சிதானந்தலக்ஷணப் பிரமத்தை யடைதற் குபாயமாகிய சுழுமுனையின்) முகத்தில் [சுழுமுனைவாயிலை முகத்தால் மூடிக்கொண்டு] நித்திரைசெய்யு மீசுவரியாகிய குண்டலினியை விழிப்பிக்க மகாமுத்திரை முதலியவற்றைச் செவ்வையா யாசரிக்கவேண்டும். எ-று. (௫)

முத்திரை.

(அ-கை) முத்திரைகளின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌮𑌹𑌾𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌮𑌹𑌾𑌬𑌨𑍍𑌧𑍋 𑌮𑌹𑌾𑌵𑍇𑌧𑌶𑍍𑌚 𑌖𑍇𑌚𑌰𑍀 ।
𑌉𑌡𑍍𑌯𑌾𑌨𑌂 𑌮𑍂𑌲𑌬𑌨𑍍𑌧𑌶𑍍𑌚 𑌬𑌨𑍍𑌧𑍋 𑌜𑌾𑌲𑌨𑍍𑌧𑌰𑌾𑌭𑌿𑌧𑌃 ॥ 𑌕
𑌰𑌣𑍀 𑌵𑌿𑌪𑌰𑍀𑌤𑌾𑌖𑍍𑌯𑌾 𑌵𑌜𑍍𑌰𑍋𑌲𑍀 𑌶𑌕𑍍𑌤𑌿𑌚𑌾𑌲𑌨𑌮𑍍 ॥ ॥௬॥

(இ-ள்). மகாமுத்திரை, மகாபந்தம், மகாவேதம், கேசரி, உட்டியானம், மூலபந்தம், ஜாலந்தரபந்தம், விபரீதகரணி, வஜ்ரோலி, சத்திசாலனம் என்னுமிவை * முத்திரைகளாம். எ-று.

(அ-கை). முத்திரையின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌇𑌦𑌂 𑌹𑌿 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌦𑌶𑌕𑌂 𑌜𑌰𑌾𑌮𑌰𑌣𑌨𑌾𑌶𑌨𑌮𑍍 ॥ ॥ எ ॥

---

* இம்முத்திரைகள் சாண்டில்யம் தியானபிந்து யோககுண்டலி யோகசூடாமணி யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக்களிலும், சிவசம்ஹிதை கோரக்ஷசம்ஹிதை முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. வாசிட்டத்திலும் "அபானனைச் சுருக்குதலும் பிராணனைத்தடுத்தலும் அண்ணாக்கின்மேல் நாக்கை வைத்தலும் யோகசாதனமாம்" என்னும் வாக்கியத்தால் கேசரிமுத்திரை சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

ஆதிநாதோதிதம் திவ்யமஷ்டைஶ்வர்யப்ரதாயகம் ।
வல்லபம் ஸர்வஸித்தாநாம் துர்லபம் மருதாமபி ॥ ॥ ௮ ॥

கோபநீயம் ப்ரயத்நேந யதா ரத்நகரண்டகம் । கஸ்ய
சிந்நைவ வக்தவ்யம் குலஸ்த்ரீஸுரதம் யதா ॥ ॥ ௯ ॥

(இ-ள்). இப்பத்து முத்திரைகளும் ஜராமரணங்களைப் போக்குகிறவைகளாயும், ஆதிநாதரால் சொல்லப்பட்டவைகளாயும், திவ்விய (உத்தம) மாயும், அணிமாதியஷ்டைசுவரியங்களைத் தருகின்றவைகளாயும், கபிலாதி சகலசித்தர்களுக்கும் பிரியமுள்ளனவாயும், தேவர்களாலும் அடைதற்கரியவாயுமிருக்கின்றன. இவை இரத்தினங்களின் சிமிழைப்போல மிகுந்த பிரயத்தினத்தால் மறைத்துவைக்கத்தக்கனவாம். குலஸ்திரீ சங்கமத்தைப்போல ஒருவருக்கும் சொல்லத்தக்கனவன்று. எ-று.

அஷ்ட ஐசுவரியங்களாவன:— அணிமா, மகிமா, கரிமா, இலகிமா, பிராப்தி, பிராகாமியம் ஈசித்துவம், வசித்துவம் என்பனவாம்.

அவற்றுள், சங்கற்பமாத்திரத்தால் பிரகிருதியை (சுபாவத்தை) க்கெடுத்தலால் பரமாணுவைப்போல தேகம் சூக்ஷுமமாதல், அணிமா. பிரகிருதியைப் பூரித்தலால் ஆகாயாதிகளைப்போல தேகம் பெரிதாதல், மகிமா. மிக இலகுத்துவமு (எண்மையு) டையனவாயிருக்கும் பஞ்சுமுதலியவை மலைமுதலியவற்றைப் போல குருத்துவமு (திண்மையு) டையவாதல், கரிமா. மிகக் குருத்துவமுடைய பர்வதமுதலியவை பஞ்சுமுதலியவற்றைப் போல இலகுத்துவமுடையவாதல், இலகிமா. சகலமும் முன்னிற்றல், பிராப்தி. அது பூமியிலிருந்துகொண்டே விரல்நுனியால் சந்திரனைத்தொடுதல்போல. இச்சித்தபடி முடித்தல், பிராகாமியம். அது ஜலத்திற்போல பூமியிலும் முழுகியெழும்புதல்முதலியன. பூதபௌதிகங்களைச் சிருஷ்டித்தல் திதித்தல் சங்கரித்தலாகிய விசேஷசாமர்த்தியம், ஈசித்துவம். பூ

தமெபளதிகங்களைச் சுவாதீனம் (வசம்) செய்தல், வசித்துவம்.

மகாமுத்திரை.

(அ-கை). பத்துவிதமுத்திரைகளில் முதலிற் கூறியிருக்கும் மகாமுத்திரையை முதலிற் கூறுகின்றார்.

பாதமூலேந வாமேந யோநிம் ஸம்பீட்ய தக்ஷிணம் ।
ப்ரஸாரிதம் பதம் க்ருத்வா கராப்யாம் தாரயேத் த்ருடம் ॥

(இ-ள்). சுருக்கிய இடது காற்குதியால் யோனியைச் செவ்வையாய்ப் பிடித்து, வலது காலை நீட்டிப் பூமியில் செவ்வையாய்ப் பொருத்தி, விரல்களை நீட்டிக் கைகளால் (சம்பிரதாயத்தாற் சுருக்கிய சுட்டு விரல்களால்) இடமாகக் காற்பெருவிரல்களைப் பிடிக்கவேண்டும். எ-று. (கச).

(அ-கை). இதுவுமது.

கண்டே பந்தம் ஸமாரோப்ய தாரயேத் வாயுமூர்த்வத: ।
யதா தண்டஹத: ஸர்ப்போ தண்டாகார: ப்ரஜாயதே ॥

ருஜ்வீபூதா ததா சக்தி: குண்டலீ ஸஹஸா பவேத் ।
ததா ஸா மரணாவஸ்தா ஜாயதே த்விபுடாச்ரயா ॥கஉ॥

தத: சனை: சனைரேவ ரேசயேந்நைவ வேகத: ।
மஹாமுத்ராம் ச தேநைவ வதந்தி விபுதோத்தமா: ।
இயம் கலு மஹாமுத்ரா மஹாஸித்தை: ப்ரதர்சிதா ॥ ॥கரு॥

(இ-ள்) கண்டத்தில் பந்தனம் செய்து அதாவது ஜாலந்தரபந்தம் செய்து வாயுவை மேலே (சுழுமுனையிற்) கொள்ளவேண்டும். தடியினு லடிக்கப்பட்ட பாம்பு எப்படித் தண்டவடிவமாகின்றதோ, அப்படி குண்டலியென்னு மாதாரசக்தி சீக்கிரமாகவே சரளமா (நிமிர்) கின்றது. அப்போது இடைபிங்கலைகளை ஆசிரயித்திருக்கும் மரணவஸ்தையுண்டாகின்ற

று. அதன்பின் வாயுவை மெல்லமெல்லவே இரேசிக்கவேண்டும். வேகமாயிரேசிக்கலாகாது; பலங்குறையுமாகலின், இந்த மகாமுத்திரை மகாசித்தர்களாகிய ஆதிநாதர் முதலியோராற் காட்டப்பட்டதாம். எ-று.

வாயுவை மேலே கொள்ளவேண்டுமென்பதனுல் மூலபந்தம் சூசிப்பிக்கப்பட்டது. அதுவோ யோனியைப் பிடித்தலாலும் ஜிஹ்வாபந்தத்தினுலும் செய்யப்பட்டதாமென்று சம்பிரதாயமுடையோர் கூறுவர். குண்டலி விழிக்குங்கால் பிராணன் சுழுமுனையிற் பிரவேசித்தலால், இரண்டும் பிராணவியோகத்தை யடைதலின், இடைபிங்கலைகளை யாசிரயித்திருக்கும் மரணாவஸ்தை யென்றார். (௧௧-௧௨-௧௩)

(அ-கை) மகாமுத்திரை யென்னும் பெயர்ப்பொருளைக் கூறுகின்றார்.

மஹாக்லேசாதயோ தோஷா: க்ஷீயந்தே மரணாதய:।
மஹாமுத்ராம் ச தேநைவ வதந்தி விபுதோத்தமா: ॥

(இ-ள்) அவித்தைமுதலிய பஞ்சக்கிலேசமுதலியனவும் அவற்றின் காரியமாகிய சோக மோக முதலியனவுமாகிய மகாகிலேசாதி தோஷங்களும் மரணமுதலியனவும் நசிக்கின்றன. இதனுற்றுன் இதை மகாமுத்திரையென்று விசேஷஞ்ஞோத்தமர்கள் கூறுகின்றனர். எ-று.

மகா கிலேசங்களும் மரணமுதலியனவுமாகிய தோஷங்களை முத்திரிப்பது (சமிப்பது-கெடுப்பது) மகாமுத்திரையாமென்பது, பதப்பொருள். (௧௪)

(அ-கை) மகாமுத்திரையை யப்பியாசிக்குந் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

சந்த்ராங்கே து ஸமப்யஸ்ய ஸூர்யாங்கே புநரப்யஸேத்।
யாவத்துல்யா பவேத்ஸங்க்யா ததோ முத்ராம் விஸர்ஜயேத் ॥ ॥ ௧௫ ॥

(இ-ள்) சந்திரநாடியால் உபலக்ஷிக்கப்பட்ட வாமாங்கத்தில் செவ்வையா யப்பியசித்து, மறுபடியும் இடது அங்கத்தில் செய்த கணக்களவு சூரியநாடியா லுபலக்ஷிக்கப்பட்ட வலது அங்கத்தில் அப்பியசிக்கவேண்டும். கணக்குச் சரிப்பட்டவுடன் முத்திரையை விடவேண்டும். எ-று.

இதில் இது கிரமமாய்:— காலை மடித்து இடது குதியை யோனிஸ்தானத்தில் சேர்த்து, வலதுகாலை நீட்டி அதன் பெருவிரலைக் கைச்சுட்டுவிரலாற் பிடித்துக்கொண்டு அப்பியசித்தல், வாமாங்காப்பியாசமாம். இவ்வப்பியாசத்திற் பூரித்த வாயு வாமாங்கத்தில் நிற்கும். காலை மடித்து வலது குதியை யோனிஸ்தானத்திற் சேர்த்து, இடதுகாலைநீட்டி அதன் பெருவிரலைக் கைச்சுட்டுவிரலாற் பிடித்து அப்பியசித்தல், வலது அங்க அப்பியாசமாம். இவ்வப்பியாசத்திற் பூரித்த வாயு வலதங்கத்தில் நிற்கும். (க௫)

(அ-கை) மகாமுத்திரையின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌨𑌹𑌿 𑌪𑌥𑍍𑌯𑌮𑌪𑌥𑍍𑌯𑌂 𑌵𑌾 𑌰𑌸𑌾𑌃 𑌸𑌰𑍍𑌵𑍇𑌽𑌪𑌿 𑌨𑍀𑌰𑌸𑌾𑌃 । 𑌅𑌪𑌿 𑌭𑍁𑌕𑍍𑌤𑌂 𑌵𑌿𑌷𑌂 𑌘𑍋𑌰𑌂 𑌪𑍀𑌯𑍂𑌷𑌮𑌿𑌵 𑌜𑍀𑌰𑍍𑌯𑌤𑌿 ॥ ‖ கசு ‖

(இ-ள்) மகாமுத்திரையை அப்பியசிப்பவர்களுக்குப் பத்தியாபத்திய விசாரமில்லாமையால், சாப்பிட்ட கசப்புப்புளிப்பு முதலிய சகல ரசங்களும், இரசமற்ற பதார்த்தங்களும் ஜீரணமாகின்றன. சாப்பிட்ட அன்னம் கோரமாகிய விஷமானாலும் அமிர்தம்போல ஜீரணமாகின்றது. (எனின், மற்றவைகளுக்குக் கேட்பானேன் என்பது தாற்பரியம்) எ-று. (கசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌕𑍍𑌷𑌯𑌕𑍁𑌷𑍍𑌠𑌗𑍁𑌦𑌾𑌵𑌰𑍍𑌤𑌗𑍁𑌲𑍍𑌮𑌾𑌜𑍀𑌰𑍍𑌣𑌪𑍁𑌰𑍋𑌗𑌮𑌾𑌃 । 𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌦𑍋𑌷𑌾𑌃 𑌕𑍍𑌷𑌯𑌂 𑌯𑌾𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌮𑌹𑌾𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌂 𑌤𑍁 𑌯𑍋𑌽𑌭𑍍𑌯𑌸𑍇𑌤𑍍 ॥ ‖ கஎ ‖

(இ-ள்) மகாமுத்திரைகளையப்பியசிப்பவன் எவனோ அவனுக்கு க்ஷயம் (இராஜரோகம்), குஷ்டம், மூலம், குன்மம், அஜீரணத்தாலுண்டாகும் மகோதாம் முதலியனவுமாகிய தோஷங்கள் நசிக்கின்றன. எ-று. (௧௭)

(அ-கை) மகாமுத்திரையை முடித்து, அது இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

கதிதேயம் மஹாமுத்ரா மஹாஸித்திகரா ந்ருணாம் |
கோபநீயா ப்ரயத்நேந ந தேயா யஸ்ய கஸ்யசித் ||

(இ-ள்) அப்பியாசிக்கும் புருஷர்களுக்கு மகாசித்தியைத் தரும் இம்மகாமுத்திரை என்றுசொல்லப்பட்டது. இது பிரயத்தினத்தால் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம். அதிகாரிகளல்லாதாரொருவருக்குந் தாத்தக்கதன்று. எ-று. (௧௮)

மகாபந்தம்.

(அ-கை) மகாபந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

பார்ஷ்ணிம் வாமஸ்ய பாதஸ்ய யோநிஸ்தாநே நியோஜயேத் | வாமோரூபரி ஸம்ஸ்தாப்ய தக்ஷிணம் சரணம் ததா || ௧௯ ||

(இ-ள்) இடதுகாற் குதியை யோனிஸ்தானத்தில சேர்த்து, இடது தொடையின்பேரில் வலதுபாதத்தைச் செவ்வையாய் வைத்து. எ-று. (௧௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

பூரயித்வா ததோ வாயும் ஹ்ருதயே சுபுகம் த்ருடம் | நிஷ்பீட்ய வாயுமாகுஞ்ச்ய மநோமத்யே நியோஜயேத் || ௨௦ ||

(இ-ள்) அதன்பின் வாயுவைப் பூரித்து, மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் செவ்வையாய் ஸ்தாபித்து, யோனிஸ்தா

ன (ஆதார) த்தைச் சுருக்கி மனதை மத்யநாடியிற் சேர்க்க வேண்டும். எ-று.

மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் வைத்து என்பதனால் ஜாலந்தரபந்தமும், யோனிஸ்தானத்தைச் சுருக்கி யென்பதனால் மூலபந்தமும் சூசிப்பிக்கப்பட்டது. அது ஜிஹ்வாபந்தத்தாற் செய்யப்பட்டதாயிருத்தலால் செய்யவேண்டியதில்லை ( )

(அ-கை) இதுவுமது.

யாரயிகுரயயாஸக்தி ரெசமெயதிஜுஸஹ நெகூ | ஸ
வ்யாஸமெதசவஹெய்ஸ்ய உகூரமெமவ-நரஹ்யெகு ॥

(இ-ள்) இயன்றமட்டும் கும்பித்து மெல்ல மெல்ல வாயுவை இரேசிக்கவேண்டும். இடது அங்கத்தில் செவ்வையாயப்பியசித்து, மறுபடியும் வலது அங்கத்திலும் அதற்குச் சரியான கணக்கு வருமளவும் அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று. (உக)

(அ-கை) இனி ஜாலந்தரபந்தத்தில் கழுத்தைச் சுருக்குதல் உபயோகமில்லையென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஃகஃத்ரெகூஷாணி ஞுஜவம்யம்விவஜ-யெகு । ரா
ஜஃஜஹுஜிஹ்வாயாஂ வம்ஹ்யூரஸமெவஜிகி ॥ சுயஜ-
ஸவ-நாஷீநா ஃஜ்யு-மதிஜிரொயகூ ॥ ॥ உஉ ॥

(இ-ள்) முன்பற்களில் நிற்கும் நாவை அதன்மேற்பாகத்தில் சம்பந்தித்தலாகிய (ஜிஹ்வா) பந்தம், கழுத்தைச் சுருக்குதலைவிட சிலாக்கியமாகுமென்னும் ஏதுவால், இங்கே (ஜாலந்தரபந்தத்தில்) கழுத்தைச் சுருக்குதலாகிய பந்தத்தை நீக்க வேண்டுமென்பது சிலர் கொள்கை. இந்த ஜிஹ்வா (சிங்குவை) பந்தம் சுழுமுனைக்கன்னியமாகிய சகல நாடிகளிலும் வாயு மேற்செல்லுதலைத் தடுப்பதாம். எ-று.

சகல நாடிகளிலும் வாயு மேற்செல்லுதலைத் தடுப்பதாம் என்பதனால், "நாடிக் கூட்டங்களைக் கட்டுகின்றது" என்றும்

ஜாலந்தரத்தில் கூறிய பலம் இதனாலேயே சித்திக்கின்றது என்பது சூசிப்பிக்கப்பட்டது. (௨௨-௩)

(அ-கை) மகாபந்தத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

அயம் து ஸுமஹாபந்தோ மஹாஸித்திப்ரதாயக: ‖
௨௩ ‖ காயபாசமஹாபந்தவிமோசநவிசக்ஷண: |
த்ரிவேணீஸங்கமம் தத்தே கேதாரம் ப்ராபயேந்மந: ‖

(இ-ள்) இந்தப் பிரசித்தமாகிய மகாபந்தம் மகா சித்திகளை விசேஷமாய்த் தருவதும் காலபாசத்தின் மகாபந்தத்தை (பெரிய கட்டை) நீக்குவதிற் சாமர்த்தியமுடையதுமாய்த் * திரிவேணி சங்கமத்தைத் தருகின்றது. மனதைக் கேதாரமென்னும் சப்தத்திற்கு வாச்சியமாகிய சிவஸ்தானமாகிய புருவமத்தியத்திற் சேர்ப்பிக்கின்றது. எ-று.

திரி-மூன்று ஆறுகளின், வேணி-சமூகமாகிய, சங்கமத்தை (பிரயாகையை)த் தருகின்றது என்பது பதார்த்தம். (௨௪)

(அ-கை) மகாவேதத்தைச் சொல்லுதற்கு, முதலில் அதன் மேன்மையைக் கூறுகின்றார்.

ரூபலாவண்யஸம்பந்நா யதா ஸ்த்ரீ புருஷம் விநா |
மஹாமுத்ராமஹாபந்தௌ நிஷ்பலௌ வேதவர்ஜி
தௌ ‖ ‖ ௨௫ ‖

(இ-ள்) ரூபலாவண்ணிய (சௌந்தரியமுங் காந்தியு)முள்ள ஸ்திரீ, புருஷனில்லாமையால் எப்படி பிரயோஜனமற்றவ

* சுரோத்திரத் துவாரங்களும் கந்தத்துவாரங்களும் எவ்விடத்திற் சேருகின்றனவோ, அது நாற்பீடம், சிருங்காடகம், திரிகூடம், திரிவேணி சங்கமமென்னும் பெயர்களாற் சொல்லப்படுகின்றது என்பது சிவயோகதீபிகை. கேதாரம் புருவமத்யமென்பதற்கு "இலலாடத்தில் கேதார" மென்னும் தரிசனோபநிஷத்து ப்பிரமாணமாம்.

ளாகின்றனோ, அதுபோல மகாவேதமில்லாத மகாமுத்திரையும் மகாபந்தமும் பிரயோசன மற்றவைகளாம். எ-று.

சுலோகத்தில் மகாவேதத்தை வேதமென்றது முதற்குறை. (௨௫)

மகாவேதம்.

(அ-கை) மகாவேதத்தைக் கூறுகின்றார்.

மஹாபந்தஸ்திதோ யோகீ க்ருத்வா பூரகமேகதீ: ।
வாயூநாம் கதிமாவ்ருத்ய நிப்ருதம் கண்டமுத்ரயா ॥ ௨௬ ॥

(இ-ள்) மகாபந்தமென்னும் முத்திரையிலிருக்கும் ஏகாக்கிர சித்தமுள்ள யோகாப்பியாசி, வாயுவைப் பூரித்து கண்டமுத்திரையென்னும் ஜாலந்தர முத்திரையால் பிராணவாயுவின் கதியை (மேலுங்கீழுமாகச் செல்லுதலை) நிச்சலமாகும்வண்ணம் நிரோதித்து (கும்பித்து) எ-று. (௨௬)

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸமஹஸ்தயுகோ பூமௌ ஸ்பிசௌ ஸந்தாடயேச்சநை: ।
புடத்வயமதிக்ரம்ய வாயு: ஸ்புரதி மத்யக: ॥

(இ-ள்). இரண்டுகைகளையும் சமமாய்ப் பூமியில் ஊன்றி (யோனிஸ்தானத்தில் குதியைச் சேர்த்துள்ள இடதுகாலோடு) இரண்டு கடிப்பிரதேசத்தையும் (சிறிது பூமியினின்றும் மேலெழுப்பிப் பூமியிலேயே) மெல்ல அடிக்கவேண்டும். அப்போது வாயு, இடை பிங்கலை யென்று இரண்டு நாடிகளையும் கடந்து சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியிற் செல்வதாகின்றது. எ-று. (௨௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸோமஸூர்யாக்நிஸம்பந்தோ ஜாயதே சாம்ருதாய வை ।
ம்ருதாவஸ்தா ஸமுத்பந்நா ததோ வாயும் விரேசயேத் ॥

॥ ௨௮ ॥

(இ-ள்) (வாயு சம்பந்தத்தா லுண்டாகும்) சோமசூரியாக்கினி நாடிகளின் சம்பந்தம் (ஐக்கியம்) அமுத (மோக்ஷ) த்தின் பொருட்டேயாம். இடைபிங்கலைகளில் பிராணசஞ்சாரமில்லாமையால் பிராணவியோகாவஸ்தை யுண்டாகின்றது. அதன்பின் வாயுவை நாசித்துவாரங்களால் மெல்ல விட (இரேசிக்க) வேண்டும். எ-று.

சோமசூரியாக்கினி யென்னும் சப்தத்தால், அவற்றை யதிஷ்டித்துள்ள நாடிகளாகிய இடைபிங்கலை சுழுமுனைகள் கொள்ளப்படுகின்றன. (உஅ)

(அ-கை). இதுவுமது.

𑌮𑌹𑌾𑌵𑍇𑌧𑍋𑌽𑌯𑌮𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌾𑌨𑍍𑌮𑌹𑌾𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌪𑍍𑌰𑌦𑌾𑌯𑌕𑌃।
𑌵𑌲𑍀𑌪𑌲𑌿𑌤𑌵𑍇𑌪𑌘𑍍𑌨𑌃 𑌸𑍇𑌵𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌸𑌾𑌧𑌕𑍋𑌤𑍍𑌤𑌮𑍈𑌃 ॥

(இ-ள்). இம்மகாபந்தம், அப்பியாசத்தால் அணிமாதி சித்திகளைத்தருவதாயும் திரை நரை நடுக்கங்களைக் கெடுப்பதாயுமிருத்தலால், சாதகோத்தமர்களால் அப்பியசிக்கப்படுகின்றது. எ-று. (உகூ).

(அ-கை). மகாமுத்திரை முதலியமூன்றும் மிக இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கனவா மென்பதைக்கூறுகின்றார்.

𑌏𑌤𑌤𑍍𑌤𑍍𑌰𑌯𑌂 𑌮𑌹𑌾𑌗𑍁𑌹𑍍𑌯𑌂 𑌜𑌰𑌾𑌮𑍃𑌤𑍍𑌯𑍁𑌵𑌿𑌨𑌾𑌶𑌨𑌂।
𑌵𑌹𑍍𑌨𑌿𑌵𑍃𑌦𑍍𑌧𑌿𑌕𑌰𑌂 𑌚𑍈𑌵 𑌹𑍍𑌯𑌣𑌿𑌮𑌾𑌦𑌿𑌗𑍁𑌣𑌪𑍍𑌰𑌦𑌮𑍍 ॥௩0॥

(இ-ள்) ஜராமரணங்களைப் போக்குவனவும், ஜடராக்கினியை விருத்திபண்ணுவனவும், அணிமாதிகுணங்களைத்தருவனவுமாகிய இம்மகாமுத்திரைமுதலிய மூன்றும் மிக்வும் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கனவாம். எ-று.

இதிலுள்ள விசேஷணங்கள் ஏதுகர்ப்பங்களாம். சதார

ம் (உம்மை) ஆரோக்கியம் வித்துஜயமுதலியவற்றையும் சேர்த்தற்பொருட்டாம். (கூம)

(அ-கை). இனி இம்மூன்றின் வேறு சாதன விசேஷத்தைக் கூறுகின்றார்.

அஷ்டதா க்ரியதே சைவம் யாமே யாமே தினே தினே ।
புண்யஸம்பாரஸந்தாயி பாபௌகபிதுரம் ஸதா ।
ஸச்சிக்ஷாவதாமேவம் ஸ்வல்பம் ப்ரதமஸாதநம் ॥ ௧௧ ॥

(இ-ள்). இம்மூன்றும் நாளுக்கு நாள் யாமத்திற்கு யாமமாக எட்டுமுறை செய்யப்படுகின்றது. புண்ணியக்கூட்டங்களைத் தருவதாயும் சதா பாபக்கூட்டங்களுக்கு வஜ்ஜிராயுதம்போன்று மிருக்கின்றது. (எப்போது அப்பியசிக்கப்படுகின்றதோ, அப்போதுதான் பாபத்தைக் கெடுப்பதாகின்றது) சம்பிரதாய சிக்ஷையு (குருபதேசமு)டையவர்கள் இப்படி (நாடோறும் யாமத்திற்கு யாமம் எட்டுமுறையென்று சொல்லியபடி) பூர்வசாதனத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகவே செய்யவேண்டும். எ-று. ௯௧

கேசரி.

(அ-கை). கேசரியைச் சொல்லக்கருதி, ஆதியில் அதன் சொரூபத்தைக் கூறுகின்றார்.

கபாலகுஹரே ஜிஹ்வா ப்ரவிஷ்டா விபரீதகா ।
ப்ருவோரந்தர்கதா த்ருஷ்டிர்முத்ரா பவதி கேசரீ ॥ ௧௨ ॥

(இ-ள்). நாவானது கபால குகரத்தில் (குகையில்) விபரீதமாய்ச் செல்லுதலும், திருஷ்டி புருவமத்தியிலிருத்தலும் கேசரிமுத்திரையாம். எ-று.

கபாலகுகரத்தில் நாவை நுழைத்தல்பூர்வகமாக புருவமத்தியைப் பார்த்தல் கேசரியென்று பிரசாஷணம் சித்தித்தது.

(அ-கை). கேசரி முத்திரையின் இலக்ஷணத்தைக் கூறுகின்றார்.

ச்சேதநசாலநதோஹை: கலாம் க்ரமேண வர்த்தயேத் தாவத் । ஸா யாவத் ப்ரூமத்யம் ஸ்ப்ருசதி ததா கேசரீஸித்தி: ॥
॥ ௩௩ ॥

(இ-ள்) நாக்கைச்சேதனம், சாலனம், தோகனம் என்பவைகளால், அது வெளியில் புருவநடுவைத் தொடும்வரையிலும் கிரமமாக விருத்திசெய்யவேண்டும். அப்போது கேசரி சித்திக்கின்றது. எ-று-

சேதனம் தொடர்ச்சியாகவே பின்சொல்லப்படுவது. இரண்டு கைகளின் பெருவிரல் சுட்டுவிரல்களென்னு மிரண்டினாலும் நாக்கைப்பிடித்துக்கொண்டு இடம்வலமாகச் சுழற்றுதல், சாலனம். கைகளின் பெருவிரல் சுட்டுவிரல்களால் பசுக்கறத்தல்போலக் கறத்தல், தோகனம். (௩௩)

சேதனம்.

(அ-கை) அதன் * சாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்நுஹீபத்ரநிபம் சஸ்த்ரம் ஸுதீக்ஷ்ணம் ஸ்நிக்தநிர்மலம் ।
ஸமாதாய ததஸ்தேந ரோமமாத்ரம் ஸமுச்சிநேத் ॥ ௩௪ ॥

(இ-ள்) கொடிக்கள்ளியிலையொத்த மிகக்கூர்மையான பளபளப்புள்ள பரிசுத்தமாகிய ஆயுதத்தைக்கொண்டு, நாக்கின் அடிநரம்பை ஓர் மயிரளவு சேதிக்கவேண்டும். எ-று- (௩௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

தத: ஸைந்தவபத்யாப்யாம் சூர்ணிதாப்யாம் ப்ர

* கேசரியின் வேறுசாதனங்களாகிய மதனமும், மேளனமும், அம்மேளனத்தின் மந்திரமும் யோககுண்டலியுபநிஷத்தின்-2வது அத்தியாயத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

ஸைந்தவபத்யாப்யாம் சூர்ணிதாப்யாம் ப்ரகர்ஷயேத் | புந: ஸப்ததிநே ப்ராப்தே ரோமமாத்ரம் ஸமுச்சிநேத் || ||௩௫||

(இ-ள்) சேதித்தபின், சேதிக்கப்பட்ட அந்த இடத்தில் சைந்தவமும் (உப்பும்) கடுக்காயும் பொடிசெய்து நன்றாய்த்தேய்க்கவேண்டும். ஏழுநாட்சென்றபின் மறுபடியும் ஓர் மயிரளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டும். எ-று.

ஏழுநாள்வரையிலும் காலையும் மாலையும் சைந்தவ கடுக்காய்த்தூள்களால் தேய்த்தலும் செய்யவேண்டும். யோகாப்பியாசிகளுக்கு உப்பு நிஷேதிக்கப்பட்டிருத்தலால், கருங்காலிப்பட்டை கடுக்காய்களின் தூள்களைக் கொள்ளுகிறார்கள். இங்கே சைந்தவத்தைக் கூறியது ஹடாப்பியாசத்திற்குமுன் கேசரியை யப்பியசிக்கு மபிப்பிராயத்தாலாம். ஏழுநாட்சென்றபின் அதாவது எட்டாவது நாளில் முன் சேதித்ததைவிட ஓர் மயிரளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டுமென்பது பொருள். ௩௫

(அ-கை). இதுவுமது.

ஏவம் க்ரமேண ஷண்மாஸம் நித்யம் யுக்த: ஸமாசரேத் | ஷண்மாஸாத் ரஸநாமூலஸிராபந்த: ப்ரணஸ்யதி || ||௩௬||

(இ-ள்) இப்படிக்கிரமமாக (உரோமமாத்திரம் சேதித்து, ஏழுநாள்வரையில் அவ்வளவே காலையும் மாலையும் சேதனமும் தேய்த்தலும் செய்யவேண்டும். எட்டாவதுநாளில் ஒரு மயிரளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டுமென்று முன்சொல்லிய கிரமப்படி) ஆறுமாசம்வரையில் தினமும் யுக்தனாய்ச் செவ்வையாக ஆசரிக்கவேண்டும். ஆறுமாசம் அப்பியசித்தபின் நாவின் கீழ்ப்பாகத்திலுள்ள (கபாலகுஹரத்தில் நாக்குப்பொருந்துவதற்குப் பிரதிபந்தமாயுள்ள) நரம்பின் கட்டானது நசிக்கின்றது. எ-று()

(அ-கை) சேதனமுதலியவற்றால் நாக்கு விருத்தியானபின் செய்யவேண்டியதைக் கூறுகின்றார்.

𑌕𑌲𑌾𑌂 𑌪𑌰𑌾𑌙𑍍𑌮𑍁𑌖𑍀𑌂 𑌕𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌤𑍍𑌰𑌿𑌪𑌥𑍇 𑌪𑌰𑌿𑌯𑍋𑌜𑌯𑍇𑌤𑍍 । 𑌸𑌾 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 𑌖𑍇𑌚𑌰𑍀 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌵𑍍𑌯𑍋𑌮𑌚𑌕𑍍𑌰𑌂 𑌤𑌦𑍁𑌚𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ ௩௭ ॥

(இ-ள்) நாக்கை உள்முகமாகத் திருப்பி மூன்று நாடிகளின் வழியாகிய திரிபதையென்னும் கபாலகுஹரத்தில் செவ்வையாய்ப் பொருத்தவேண்டும். அது (திரிபதையிற்சேர்த்தல்) கேசரிமுத்திரையாம். அது வியோமசக்கிரமெனப்படும் (வியோமசக்கிரமெனும்சத்தத்தாற்சொல்லப்படும்) எ-று (௩௭)

(அ-கை) இனிக்கேசரியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌰𑌸𑌨𑌾𑌮𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌗𑌾𑌂 𑌕𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌕𑍍𑌷𑌣𑌾𑌰𑍍𑌧𑌮𑌪𑌿 𑌤𑌿𑌷𑍍𑌠𑌤𑌿 । 𑌵𑌿𑌷𑍈𑌰𑍍𑌵𑌿𑌮𑍁𑌚𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌵𑍍𑌯𑌾𑌧𑌿𑌮𑍃𑌤𑍍𑌯𑍁𑌜𑌰𑌾𑌦𑌿𑌭𑌿𑌃 ॥

(இ-ள்). நாக்கை மேல்துவாரத்திற் செல்லுவதாக்கி அரைக்ஷணமாவது நிற்பானாயின், அந்த யோகி விஷம் வியாதிமரணம் மூப்புமுதலியவற்றினின்றும் விடுபடுகிறான். எ-று.

அரைக்ஷணமென்பது அரைமுகூர்த்த(ஒருநாழிகை அல்லது-௨௪-நிமிஷ)மாம். 'க்ஷணம் என்னும் சப்தம், உற்சவம், முன்னை, முகூர்த்தம், நியமம், அவ்வியவஸ்தை, சமயம் என்பவற்றிற்கா' மென்பது நாநார்த்தநிகண்டு. (௩௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌨 𑌰𑍋𑌗𑍋 𑌮𑌰𑌣𑌂 𑌤𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌨 𑌨𑌿𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌨 𑌕𑍍𑌷𑍁𑌧𑌾 𑌤𑍃𑌷𑌾 । 𑌨 𑌚 𑌮𑍂𑌰𑍍𑌚𑍍𑌛𑌾 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌯𑍋 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌂 𑌵𑍇𑌤𑍍𑌤𑌿 𑌖𑍇𑌚𑌰𑍀𑌮𑍍 ॥ ௩௯ ॥

(இ-ள்) கேசரி முத்திரையை யறிகிறவனுக்கு ரோகமுமில்லை, மரணமுமில்லை, தந்திரையுமில்லை, நித்திரையுமில்லை, தாகமுமில்லை, மூர்ச்சையுமுண்டாகாது. எ-று (௩௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌪𑍀𑌡𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌨𑌸𑌰𑍋𑌗𑍇𑌣𑌲𑌿𑌪𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌨𑌚𑌕𑌰𑍍𑌮𑌣𑌾 ।
𑌬𑌾𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌨𑌸𑌕𑌾𑌲𑍇𑌨𑌯𑍋𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌂𑌵𑍇𑌤𑍍𑌤𑌿𑌖𑍇𑌚𑌰𑍀𑌂 ॥

(இ-ள்) எவன் கேசரிமுத்திரையை யறிகிறானோ, அவவன் சுரமுதலிய ரோகங்களினாலும் பீடிக்கப்படான். கர்மத்தாலும் பற்றப்படான். காலனாலும் பாதிக்கப்படான். எ-று ( )

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌂𑌚𑌰𑌤𑌿𑌖𑍇𑌯𑌸𑍍𑌮𑌾𑌜𑍍𑌜𑌿𑌹𑍍𑌵𑌾𑌚𑌰𑌤𑌿𑌖𑍇𑌗𑌤𑌾 । 𑌤𑍇
𑌨𑍈𑌷𑌾𑌖𑍇𑌚𑌰𑍀𑌨𑌾𑌮 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑍈𑌰𑍍𑌨𑌿𑌰𑍂𑌪𑌿𑌤𑌾 ॥

(இ-ள்) எதனால் சித்தம் புருவநடுவாகிய ஆகாயத்தில் சரிக்கின்றதோ, நாக்கும் அவ்வாகாயத்திலேயே செல்லுவதாய்ச் சரிகின்றதோ, அக்காரணத்தால் இந்தக் கேசரியென்னும் பிரசித்தமாகிய முத்திரை கபிலர்முதலிய சித்தர்களால் நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கின்றது.

முன் மூன்று சுலோகங்களிலுள்ள வியாதிமுதலியவற்றின் புனருக்தியோ, அந்தச்சுலோகங்கள் சங்கிரகிக்கப்பட்டவைகளாயிருத்தலால் தோஷமுடையதாகாது. (௪௧).

(அ-கை). இதுவுமது.

𑌖𑍇𑌚𑌰𑍍𑌯𑌾𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌿𑌤𑌂𑌯𑍇𑌨𑌵𑌿𑌵𑌰𑌂𑌲𑌮𑍍𑌬𑌿𑌕𑍋𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌤𑌃 ।
𑌨𑌤𑌸𑍍𑌯𑌕𑍍𑌷𑌰𑌤𑍇𑌬𑌿𑌨𑍍𑌦𑍁𑌃𑌕𑌾𑌮𑌿𑌨𑍍𑌯𑌾𑌶𑍍𑌲𑍇𑌷𑌿𑌤𑌸𑍍𑌯 ॥

(இ-ள்). எந்தயோகியினால் கேசரி முத்திரையால் நாக்கின் மேற்பாகத்திலிருக்கும் துவாரம் முத்திரிக்க (மூட) ப்படுகின்றதோ, அவனுக்கு இளம்பெண்ணோடுகூடினாலும் பிந்து நழுவாது. (௪௨)

(அ-கை). இதுவுமது.

𑌚𑌲𑌿𑌤𑍋𑌪𑌿 𑌯𑌦𑌾𑌬𑌿𑌨𑍍𑌦𑍁𑌃𑌸𑌮𑍍𑌪𑍍𑌰𑌾𑌪𑍍𑌤𑍋𑌯𑍋𑌨𑌿𑌮𑌣𑍍𑌡𑌲𑌮𑍍 । 𑌵𑍍𑌰𑌜𑌤𑍍𑌯𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂𑌹𑍃𑌤𑌃𑌶𑌕𑍍𑌤𑍍𑌯𑌾 𑌨𑌿𑌬𑌦𑍍𑌧𑍋𑌯𑍋

நிருத்யயா || ||௪௩||

(இ-ள்). நழுவினாலும், எப்போது விந்து யோனிஸ்தானத்தை யடைகின்றதோ, அப்போதே கோசத்தைச் சுருக்குதலென்னும் யோனிமுத்திரையால் மிகக்கட்டப்பட்டதாய், ஆகருஷணசக்தியால் இழுக்கப்பட்டு மேற்செல்லுகின்றது. (சுழுமுனைமார்க்கமாக விந்து ஸ்தானத்தையடைகின்றது). எ-று.

கோசத்தைச்சுருக்கி யென்பதனால் வஜ்ரோலிமுத்திரை குறிப்பிக்கப்பட்டது. (௪௩).

(அ-கை). இதுவுமது.

ஊர்த்வஜிஹ்வ: ஸ்திரோ பூத்வா ஸோமபாநம் கரோதி ய: | மாஸார்தேந ந ஸந்தேஹோ ம்ருத்யும் ஜயதி யோகவித் || ||௪௪||

(இ-ள்). எவன் மேற்றுவாரத்திற்செலுத்திய நாக்கையுடையவனாய் நிச்சலனாகி, அங்கு ஒழுகுகின்ற சந்திராமிர்தத்தைக்குடித்தலாகிய சோமபானஞ்செய்கிறானோ, அவன் அரைமாதத்தில் மிருத்தியுவை ஜெயிக்கிறான். சந்தேகமில்லை. (இது நிச்சயம்). எ-று. (௪௪)

(அ-கை). இதுவுமது.

நித்யம் ஸோமகலாபூர்ணம் ஶரீரம் யஸ்ய யோகிந: | தக்ஷகேணாபி தஷ்டஸ்ய விஷம் தஸ்ய ந ஸர்பதி || ||௪௫||

(இ-ள்) இன்னும் எந்தயோகியின் சரீரம் நாடோறும் சோமகலையால் நிரம்புகின்றதோ, அவனுக்கு தக்ஷகனால் கடிக்கப்படினும் விஷம் பாவாது (அதனாலாகிய துக்கமில்லை). எ-று. (௪௫

(அ-கை). இதுவுமது.

இந்தநாநி யதா வஹ்நி: தைலவர்திம் ச தீபக: | ததா

ஸோமகலாஜலாபூர்ணம் தேஹீ தேஹம் ந முஞ்சதி ||சகூ||

(இ-ள்). எப்படி அக்கினி விறகையும், தீபம் எண்ணெ யோடுகூடிய திரியையும் விடுகிறதில்லையோ, அதுபோல சோம கலையால் நிரம்பிய தேகத்தைத் தேகி (ஜீவன்) விடுகிறதில்லை. எ-று. (சகூ).

(அ-கை). இதுவுமது.

கோமாம்ஸம் பக்ஷயேந்நித்யம் பிபேதமரவாருணீம் |
குலீநம் தமஹம் மந்யே இதரே குலகாதகா: ||

(இ-ள்) இனிச்சொல்லப்படும் பரிபாஷையையுடைய கோ மாமிசத்தைத் தினந்தோறும் சாப்பிடக்கடவன். சொல்லப்ப டும் * அமரவாருணியையும் குடிக்கக்கடவன். அந்தயோகி யை நான் குலீன (நற்குலத்திற் பிறந்தவ) னென்று மதிக்கி றேன். மற்றவர்கள் (இனிச்சொல்லப்படும் கோமாம்சபக்ஷ ணமும் அமரவாருணியைக் குடித்தலுமில்லாத அயோகிகள்) கு லகாத (குலத்தைக்கெடுப்பவ) ராவர். எ-று.

நான் என்றது நூலாசிரியர் சொல். குலத்திற் பிறந்தவ ன் குலீனன். அவனை நற்குலத்திற் பிறந்தவனென்று மதிக்கி றேன் என்ரூர். அது பிரமவைவர்த்தத்தில் "க்ருதார்த்தௌ பிதரௌ தேந தந்யோ தேஶ: குலஞ்ச தத் | ஜாயதே யோகவாந் யத்ர தத்தமக்ஷய்யதாம் வ்ரஜேத் | த்ருஷ்டஸ்ஸம்பாஷித ஸ்ஸ்ப்ருஷ்டஸ் ஸம்ப்ருக்தோ வாபி வந்தித: | ஸஹகோடிஶதம் தாவந்தம் பாநாதிவ்ய ஜநம் நயேத் ||" அவனுல் பெற்ருேர் கிருதார்த்தராகின்றனர். அந்தத்தேசமும் குலமும் தன்னிய மாகின்றது. யோகவான்(யோகி)எங்கே பிறக்கிருனே அந்தக்

---

* அமரவாருணியைத்தமிழில் கள்ளென்று பரிபாஷையாகக் கூறு வர்.

குலமும் குறைவின்மையையடைகின்றது. அவனால் பார்க்கப்பட்ட பேசப்பட்ட பரிசிக்கப்பட்ட பிரகிருதிபுருஷவிவேகமுள்ளவன் அநேகக்கோடி ஜனனமரணங்களில் விழும் துன்மார்க்க புருடனையும் புனிதமாக்குகிறான்." என்றும், பிரமாண்டபுராணத்தில் "க்ருஹஸ்தாநாம் ஸஹஸ்ரேண வாநப்ரஸ்தஶதேந ச | ப்ரஹ்மசாரிஸஹஸ்ரேண யோகாப்யாஸீ விஶிஷ்யதே || ஆயிரம்கிருகஸ்தனிலும், நூறு வானப்பிரஸ்தனிலும், ஆயிரம் பிரமசாரியினும், யோகாப்பியாசி விசேஷமுடையவனாகின்றான்" என்றும், இராஜயோகத்தில் வாமதேவரின்பொருட்டுச் சொல்லப்பட்ட சிவவாக்கியம் "ராஜயோகஸ்ய மாஹாத்ம்யம் கோ வா ஜாநாதி தத்த்வத: | ஜ்ஞாநீ வஸதே யத்ர ஸ தேஶ: புண்யஸாஜநத் | தர்ஶநாதர்சநாத்தஸ்ய த்ரிஸப்தகுலஸம்யுதா: | அஜ்ஞா முக்திபதம் யாந்தி கிம் புநஸ்தத்பராயணா: | அந்தர்யோகம் பஹிர்யோகம் யோ ஜாநாதி விஶேஷத: | த்வயா மயாப்யஸௌ வந்த்ய: ஶேஷைர்வந்த்யஸ்து கிம் புந: || இராஜயோக மகான்மியத்தை உண்மையாக எவன் அறிவான்? அந்த ஞானி (ராஜயோகி) எங்கே வசிக்கின்றானோ, அந்தத்தேசம் புண்ணியக்ஷேத்திரமாம். இவனைத் தரிசித்தலாலும் அர்ச்சித்தலாலும் இருபத்தொரு தலைமுறையோடு அஞ்ஞானிகளும் முக்திபதத்தை யடைகிறார்களெனின், அதை யப்பியசிப்போரைப்பற்றிக் கேட்பானேன். அந்தர்யோகத்தையும் பகிர்யோகத்தையும் எவன் அறிகிறானோ, அவன் என்னாலும் உன்னாலும் வந்திக்க (வணங்க) த்தக்கவனெனின், மற்றவர்களால் பூஜிக்கத்தக்கவனென்பதைச் சொல்லுவானேன்" என்றும், கூர்மபுராணத்தில் "ஏககாலம் த்விகாலம் வா த்ரிகாலம் நித்யமேவ வா | யே யுஞ்ஜந்தி மஹாயோகம் விஜ்ஞேயாஸ்தே மஹேஶ்வரா: || ஒருகாலமாவது இரண்டுகாலமாவது மூன்றுகாலமாவது நித்தியமாவது எவர்கள் மகாயோகத்தை அப்பியசிக்கின்றார்களோ, அவர்கள் மகேசுவரர்களென் றறியத்தக்கவராவர்" என்றும் சொ

ல்லப்பட்டிருக்கின்றது. நற்குலத்திற் பிறந்த பிறப்பு வியர்த்தமாகுதலால் குலகாதகராவரென்றார். (௪எ)

கோமாமிசபக்ஷணம்.

(அ-கை) கோமாமிச சப்தத்தின் அர்த்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌗𑍋𑌶𑌬𑍍𑌦𑍇𑌨𑍋𑌦𑌿𑌤𑌾 𑌜𑌿𑌹𑍍𑌵𑌾 𑌤𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌵𑍇𑌶𑍋 𑌹𑌿
𑌤𑌾𑌲𑍁𑌨𑌿 । 𑌗𑍋𑌮𑌾𑌂𑌸𑌭𑌕𑍍𑌷𑌣𑌂 𑌤𑌤𑍍𑌤𑍁 𑌮𑌹𑌾𑌪𑌾𑌤𑌕
𑌨𑌾𑌶𑌨𑌮𑍍 ॥ ॥ ௪அ ॥

(இ-ள்) கோவென்னும் சப்தத்தால் சொல்லப்பட்டது நாக்கு. அதை யண்ணத்தி (மேல்வாயி) ன் சமீபத்துவாரத்திற் பிரவேசிப்பித்தல், கோமாமிசபட்சணமாம். அதுவே மகாபாதகங்களை நாசஞ்செய்வதா யிருக்கின்றது. எ-று. ( )

அமரவாருணி.

(அ-கை) அமரவாருணி யென்னும் சப்தத்தின் அர்த்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌜𑌿𑌹𑍍𑌵𑌾𑌪𑍍𑌰𑌵𑍇𑌶𑌸𑌂𑌭𑍂𑌤𑌵𑌹𑍍𑌨𑌿𑌨𑍋𑌤𑍍𑌪𑌾𑌦𑌿𑌤𑌃 𑌖𑌲𑍁 ।
𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌾𑌤𑍍𑌸𑍍𑌰𑌵𑌤𑌿 𑌯𑌃 𑌸𑌾𑌰𑌃 𑌸𑌾 𑌸𑍍𑌯𑌾𑌦𑌮𑌰𑌵𑌾𑌰𑍁𑌣𑍀 ॥ ௪௯ ॥

(இ-ள்) நாக்கை மேற்பிரவேசிப்பித்தலாலுண்டாகும் அக்கினியா (உஷ்ணத்தா) லுண்டாகுவதாகிய (புருவத்தின் இடது பாகத்திலிருக்கும்) சந்திரனினின்று ஒழுகும் சாரம் எதுவோ, அது அமரவாருணியாம் (அமரவாருணியென்னும் சப்தத்திற்குப் பொருளாம்). எ-று. (௪௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌚𑍁𑌮𑍍𑌬𑌨𑍍𑌤𑍀 𑌯𑌦𑌿 𑌲𑌮𑍍𑌬𑌿𑌕𑌾𑌗𑍍𑌰𑌮𑌨𑌿𑌶𑌂 𑌜𑌿𑌹𑍍𑌵𑌾𑌰𑌸𑌸𑍍𑌯𑌨𑍍𑌦𑌿𑌨𑍀
𑌸𑌕𑍍𑌷𑌾𑌰𑌾 𑌕𑌟𑍁𑌕𑌾𑌮𑍍𑌲𑌦𑍁𑌗𑍍𑌧𑌸𑌦𑍃𑌶𑍀 𑌮𑌧𑍍𑌵𑌾𑌜𑍍𑌯𑌤𑍁𑌲𑍍𑌯𑌾 𑌤𑌥𑌾
। 𑌵𑍍𑌯𑌾𑌧𑍀𑌨𑌾𑌂 𑌹𑌰𑌣𑌂 𑌜𑌰𑌾𑌨𑍍𑌤𑌕𑌰𑌣𑌂 𑌶𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌗𑌮𑍋𑌦𑍀

ஶஸ்த்ராகமோதீரணம் தஸ்யஸ்யாதமரத்வமஷ்டகுணிதம் ஸித்தாங்க
னாகர்ஷணம் ॥ ॥ ௫௦ ॥

(இ-ள்) எப்போது நாக்கின் மேல்ரந்திர (துவார)த்தை இடைவிடாது தொடுதலால், எவனுடைய நாவானது சோமரசத்தின் (சந்திராமிர்தத்தின்) ஒழுக்குடையதும், கரிப்போடுகூடியதும், உறைப்பு புளிப்பு பால் என்பவற்றிற்குச் சமானமானதும், தேன் நெய் என்பவற்றைப் போன்றதுமாகிய இரசமுடையதாகுமோ, அப்போது அவனுக்கு வியாதிகளைப் போக்குதல், ஜரையை (மூப்பை)க் கெடுத்தல், தன்பேரில்வரும் ஆயுதங்களைத் தடுத்தல், அணிமாதி யெட்டுக் குணங்களு முடையவனாதல், அமரத்துவம் (மரணமின்மை), சித்தாங்கனைகளை (சித்தப் பெண்களை) ஆகருஷிக்கும் சக்தியென்று மிவைகள் உண்டாகின்றன. எ-று. (௫௰)

(அ-ரை) இதுவுமது.

மூர்த்ந: ஷோடஶபத்ரபத்மகலிதம் ப்ராணாதவா
ப்தம் ஹடா தூர்த்வாஸ்யோ ரஸநாம் நியம்ய விவரே ஶ
க்திம் பராம் சிந்தயந் । உத்கல்லோலகலாஜலம் ச விமலம் தாரா
மயம் ய: பிபேந் நிர்வ்யாதி: ஸ ம்ருணாலகோமலவபு
ர்யோகீ சிரம் ஜீவதி ॥ ॥ ௫௧ ॥

(இ-ள்) நாக்கைக் கபால குஹரத்தில் செலுத்திப், பின் மேல்முகமாக்கிக் குண்டலினி சக்தியைத் தியானித்து, சாதனபூதமாகிய பிராணனால் கண்டத்திலுள்ள பதினாறு இதழ்க்கமலத்தில் விழும் ஹடயோகத்தாலடையப்பட்ட பரிசுத்தமான தாராவடிவமாகிய அலைகளோடுகூடிய சந்திராமிர்த மென்னும் இரசத்தை எவன் குடிக்கிறானோ, அந்த யோகி வியாதியில்லாதவனும், தாமரைத்தண்டுபோல மிருதுவான சரீரமுடையவனுமாய் நெடுநாலம் ஜீவிக்கிறான். எ-று. (௫௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌯𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌾𑌲𑍇𑌯𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌹𑌿𑌤𑌸𑍁𑌷𑌿𑌰𑌂 𑌮𑍇𑌰𑍁𑌮𑍂𑌰𑍍𑌧𑌾𑌨𑍍𑌤
𑌰𑌸𑍍𑌥𑌂 𑌤𑌸𑍍𑌮𑌿𑌂𑌸𑍍𑌤𑌤𑍍𑌤𑍍𑌵𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌵𑌦𑌤𑌿 𑌸𑍁𑌧𑍀𑌸𑍍𑌤𑌨𑍍𑌮𑍁𑌖𑌂 𑌨𑌿𑌮𑍍𑌨𑌗𑌾
𑌨𑌾𑌮𑍍 । 𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌾𑌤𑍍𑌸𑌾𑌰𑌃 𑌸𑍍𑌰𑌵𑌤𑌿 𑌵𑌪𑍁𑌷𑌸𑍍𑌤𑍇𑌨 𑌮𑍃𑌤𑍍𑌯𑍁𑌰𑍍𑌨
𑌰𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌤𑌦𑍍𑌬𑌧𑍍𑌨𑍀𑌯𑌾𑌤𑍍𑌸𑍁𑌕𑌰𑌣𑌮𑌤𑍋 𑌨𑌾𑌨𑍍𑌯𑌥𑌾 𑌕𑌾𑌯
𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌃 ॥ ॥ ௫௨ ॥

(இ-ள்) ["𑌤𑌸𑍍𑌯𑌾𑌃 𑌶𑌿𑌖𑌾𑌯𑌾 𑌮𑌧𑍍𑌯𑍇 𑌪𑌰𑌮𑌾𑌤𑍍𑌮𑌾 𑌵𑍍𑌯𑌵𑌸𑍍𑌥𑌿𑌤𑌃 ॥ அதனது சிகைமத்தியில் பரமாத்துமா பொருந்தியிருக்கின்றார்" என்னும் சுருதியால்] மேருவைப்போல உயர்ந்திருக்கும் சுழுமுனையாகிய மேருவின் மேற்பாகத்தின் மத்தியிலிருக்கும் சோம ஜலம் ஒழுகும் துவாரம் எதுவோ, அதில் நற்புத்தியுடையோன் (இராஜோ தமோகுணங்களால் ஜெயிக்கப்படாத சத்துவகுணமுள்ளவன்) ஆன்மதத்துவத்தைக் கூறுகின்றான். ஆறுகளின் (கங்கை யமுனை சரஸ்வதி நருமதை முதலிய சப்தங்களுக்கு வாச்சியமாகிய இடை பிங்கலை சுழுமுனை காந்தாரி முதலிய நாடிகளின்) முகம் அந்தத் துவாரத்திலிருக்கின்றது. சந்திரமண்டலத்தினின்றும் சரீரத்திற்குச் சாரம் கழுகுகின்றது. அதனால் (அப்படி யொழுகுவதனால்) மனிதர்களுக்கு மரணமுண்டாகின்றது. ஆகையால் அந்த (முற்கூறிய) கேசரியென்னும் நல்லகரணத்தைப் பந்திக்க வேண்டும். (அப்படிப்பந்திக்கின்) சந்திராமிர்தம் ஒழுகாதாகலின் மரணம் உண்டாகாதென்பது தாற்பரியம்.) அன்றேல் (அக்கரணத்தைப் பந்திக்காவிடின்) காயசித்தி (ரூபலாவண்ணியமும் பலமும் வஜ்ஜிரத்தைப் பொடித்தலுமாகிய காயத்தின் சித்தி) யுண்டாகாது. எ-று.

ஆத்துமா விபுத்துவமாகிய கேசரி முத்திரையில் அபிவியக்தியாதல், அதில் ஆத்துமதத்துவ மெனப்பட்டது. (௫௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible]
[illegible]

(இ-ள்) இந்து பிரவாக (இடை முதலியவற்றின் ஓட்ட)த்தோடு கூடியதும் (அலௌகிகமா யறிவிக்கப்படும்) ஆத்மசாட்சாத்காரத்தை யுண்டாக்குவதுமாகிய துவாரம் எதுவோ, அந்த நிரஞ்சன (அவித்தையும், அதன்காரியமாகிய சோகமோகாதிகளும் அஞ்சனமாம். அவ்வஞ்சன மில்லாத) துவாரமாகிய சூனிய(ஆகாச)த்தில் கேசரிமுத்திரை ஸ்திரமாகின்றது. எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible]
[illegible]

(இ-ள்) பீஜங்களில் சிருஷ்டிவடிவமாகிய பிரணவமென்னும் பீஜம், முக்கியம்; முத்திரைகளில் கேசரியென்னும் முத்திரை, முக்கியம்; தெய்வங்களில் நிராலம்பமாகிய (பற்றுக்கோடில்லாத) தெய்வம், முக்கியம்; அவஸ்தைகளில் உன்மனீயவஸ்தை முக்கியமாம். எ-று.

பிரணவபீஜம் முக்கியமென்பது "ஓமித்யேதக்ஷரமிதம் ஸர்வம் ॥ ஓமென்னும் இவ்வட்சரம் இவ்வெல்லா(ஜகத்து) முமாம்". என்று மாண்டூக்கிய உபநிடத்தில் கூறியிருக்கின்றது. ஆலம்பனத்தை விடின் ஆத்துமாவின் சொரூபநிலையுண்டாகுதலால், ஆலம்பனசூனியதெய்வம் முக்கியமென்றார். பீஜமுதலியவற்றுள் பிரணவமுதலியன முக்கியமாதல்போல முத்திரைகளில் கேசரிமுத்திரை முக்கியமாமென்பது பொருள். (ருச)

உட்டியானபந்தம்.

(அ-கை). உட்டியானபந்தத்தைச் சொல்லக்கருதி, முதலில் உட்டியானமென்னுஞ் சொல்லின் பொருளைக் கூறுகின்றார்.

பத்³தோ⁴ யேந ஸுஷும்நாயாம் ப்ராணஸ்தூட்³டீ³யதே யத꞉ । தஸ்மாது³ட்³டீ³யநாக்²யோ(அ)யம் யோகி³பி⁴꞉ ஸமுதா³ஹ்ருத꞉ ॥ ௫௫ ॥

(இ-ள்). எந்தக்காரணத்தால் எந்தப் பந்தத்தால் கட்டுப்பட்டபிராணன் சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியில் பறக்கின்றதோ, அந்தக்காரணத்தால் அது மச்சேந்திரர்முதலிய யோகிகளால் உட்டியானபந்த மெனப்பட்டது. எ-று.

உட்டீயநம்-பறத்தல். இந்தப்பந்தத்தால் பிராணன் சுழுமுனையில் பறக்கின்றமையால் உட்டீயனமெனப்படுகின்றது.॥

(அ-கை). இதுவுமது.

உட்³டீ³நம் குருதே யஸ்மாத³விஶ்ராந்தம் மஹாக²க³꞉ ।
உட்³டீ³யாநம் ததே³வ ஸ்யாத் தத்ர ப³ந்தோ⁴(அ)பி⁴தீ⁴யதே ॥

(இ-ள்). பெருமாகாயமாகிய பிராணன், எந்தப் பந்தத்தால் விசிராந்தியில்லாதாகும்வண்ணம் சுழுமுனையில் உட்டீனம் (பறத்தலைச்) செய்கின்றதோ, அந்தப்பந்தமே உட்டியானமென்னும் பெயருடையதாம். அவ்விஷயத்தில் பந்தத்தின் சொரூபம் என்றுற்சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

எப்போதும் தேகாவகாசத்திற் கதியையுடையதா யிருத்தலால் பெருமாகாயமாகிய பிராணனென்றார். (௫௬)

(அ-கை). உட்டியானபந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

உத³ரே பஶ்சிமம் தாநம் நாபே⁴ரூர்த்⁴வம் ச காரயேத் ।
உட்³டீ³யாநோ ஹ்யஸௌ ப³ந்தோ⁴ ம்ருத்யுமாதங்க³கேஸரீ ॥ ௫௭ ॥

(இ-ள்). வயிற்றில் நாபியின் மேற்பாகத்தையும் கீழ்ப்பாகத்தையும் முதுகோடு ஒட்டும்படி பின்னிழுக்கவேண்டும். (நா

பியின்மேல்கீழ்ப்பாகங்களை யிழுத்தலென்னும்) இந்த உட்டியானபந்தம் மிருத்தியுவென்னும் யானைக்குக்கேசரியா (சிங்கமா)ம் (அதைக்கெடுப்பதாயிருக்கின்றது). எ-று.

இங்கே கீழ்ப்பாகத்தையுமென்றது சகாரத்தால் (உம்மையால்) கொள்ளப்பட்டது. (௫௭)

(அ-கை). இதுவுமது.

𑌉𑌡𑍍𑌡𑍀𑌯𑌾𑌨𑌂 𑌤𑍁 𑌸𑌹𑌜𑌂 𑌗𑍁𑌰𑍁𑌣𑌾 𑌕𑌥𑌿𑌤𑌂 𑌸𑌦𑌾 । 𑌅
𑌭𑍍𑌯𑌸𑍇𑌤𑍍𑌸𑌤𑌤𑌂 𑌯𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌵𑍃𑌦𑍍𑌧𑍋𑌽𑌪𑌿 𑌤𑌰𑍁𑌣𑌾𑌯𑌤𑍇 ॥

(இ-ள்). குருவினால் எப்போதும் சகஜமாய்ச் சொல்லப்பட்ட உட்டியானபந்தத்தை நிரந்தரம் எவன் அப்பியசிக்கிறானோ, அவன் விருத்தனாகினும் தருணனைப்போலாகிறான். எ-று

(அ-கை). உட்டியானபந்தத்தின சொரூபத்தையும் அதன் கீர்த்தியையும் கூறுகின்றார்.

𑌨𑌾𑌭𑍇𑌰𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌮𑌧𑌶𑍍𑌚𑌾𑌪𑌿 𑌤𑌾𑌨𑌂 𑌕𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌯𑌤𑍍𑌨𑌤𑌃 ।
𑌷𑌣𑍍𑌮𑌾𑌸𑌮𑌭𑍍𑌯𑌸𑍇𑌨𑍍𑌮𑍃𑌤𑍍𑌯𑍁𑌂 𑌜𑌯𑌤𑍍𑌯𑍇𑌵 𑌨 𑌸𑌂𑌶𑌯𑌃 ॥

(இ-ள்). நாபியின் மேற்கீழ்ப்பாகங்களை மிகமுயற்சியால் பின் இழுக்கவேண்டும். ஆறுமாசம் அப்பியசித்தால் மிருத்தியுவை ஜயிப்பன். இதிற்சந்தேகமில்லை. எ-று. (௫௮)

(அ-கை). இதுவுமது.

𑌸𑌰𑍍𑌵𑍇𑌷𑌾𑌮𑍇𑌵 𑌬𑌨𑍍𑌧𑌾𑌨𑌾𑌮𑍁𑌤𑍍𑌤𑌮𑍋 𑌹𑍍𑌯𑍁𑌡𑍍𑌡𑍀𑌯𑌾
𑌨𑌕𑌃 । 𑌉𑌡𑍍𑌡𑍀𑌯𑌾𑌨𑍇 𑌦𑍃𑌢𑍇 𑌬𑌨𑍍𑌧𑍇 𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑌿𑌃 𑌸𑍍𑌵𑌾𑌭𑌾𑌵𑌿𑌕𑍀 𑌭
𑌵𑍇𑌤𑍍 ॥ ॥௬0॥

(இ-ள்). பந்தங்களெல்லாவற்றிலும் உட்டியானபந்தமே உத்தமம். ஏனெனின் உட்டியானம் திடமாய்ச்செய்யப்படின் முக்தி இயல்பாகவேயுண்டாம். எ-று.

உட்டியான பந்தம் செய்யின் பறவைகதியாகச் சுழுமுனையில் பிராணன் செல்லுதலால், "ஸமாதௌ மோக்ஷமாப்நோதி ॥ சமாதியில் மோக்ஷத்தை யடைகிறான்" என்னும் வாக்யத்தால், சகஜமாகவே முக்தியுண்டாமென்பது தாற்பரியம். (௬௰)

மூல பந்தம்.

(அ-கை). மூலபந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

பார்ஷ்ணிபாகேந ஸம்பீட்ய யோனிமாகுஞ்சயேத்குதம் । அபானமூர்த்வமாக்ருஷ்ய மூலபந்தோ(அ)பிதீயதே ॥ ॥௬௧॥

(இ-ள்). குதியால் யோனியைச் செவ்வையாகப் பிடித்துக் குதத்தைச் சுருக்கவேண்டும். கீழ்ச்செல்லும் வாயுவாகிய அபானனை மேலிழுத்தலால் மூலபந்தம் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

குதியால் யோனிஸ்தானத்தைப்பிடித்தல் பூர்வகமாய்க் குதத்தையிழுத்தல், மூலபந்தமெனப்படுகின்றது என்பது பொருள். (௬௧)

(அ-கை). இதுவுமது.

அதோகதிமபானம் வை ஊர்த்வகம் குருதே பலாத் । ஆகுஞ்சனேந தம் ப்ராஹுர்மூலபந்தம் ஹி யோகிந: ॥ ॥௬௨॥

(இ-ள்). அதோகதியை (கீழ்ச்செல்லுதலை) யுடைய அபானனைப்பலமாய் இழுத்தலால் (மூலாதாரத்தைச் சுருக்குதலால்) மேற் (சுழுமுனையிற்) செல்லுவதாகச் செய்கிறான். அதை யோகிகள் மூலஸ்தானத்தின் பந்தனம் மூலபந்தமென்னும் பதப்பொருளாகக்கூறுகின்றனர். எ-று.

இதனால் (இச்சுலோகத்தால்) மூலபந்தசப்தார்த்தமும் முன் சுலோகத்தால் அதன் பந்தனப்பிரகாரமும் சொல்லப்பட்டன

மையால் புனருக்திதோஷம் (கூறியது கூறலென்னும் குற்றம்) இல்லை. (௬௨)

(அ-கை). இனி யோகபீஜத்திற்சொல்லியபடி மூலபந்தனத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌗𑌦𑌂 𑌪𑌾𑌰𑍍𑌷𑍍𑌣𑍍𑌯𑌾 𑌤𑍁 𑌸𑌂𑌪𑍀𑌡𑍍𑌯 𑌵𑌾𑌯𑍁𑌮𑌾𑌕𑍁𑌞𑍍𑌚𑌯𑍇𑌦𑍍𑌬𑌲𑌾𑌤𑍍 । 𑌵𑌾𑌰𑌂 𑌵𑌾𑌰𑌂 𑌯𑌥𑌾 𑌚𑍋𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂 𑌸𑌮𑌾𑌯𑌾𑌤𑌿 𑌸𑌮𑍀𑌰𑌣𑌃 ॥ ॥௬௩॥

(இ-ள்). இரண்டு குதிகளால் (பாட்டின் கீழ்ப்பாகத்தால்) குதத்தைச் செவ்வையாய்ப் பிடித்து, வாயுசுழுமுனையின் மேற்பாகத்திற் செல்லும்படி வாயுவை (குதத்தை) ப்பலமாக இழுக்கவேண்டும். இது மூலபந்தமாம். எ-று.

இதுமூலபந்தமாம் என்பது அத்தியாகாரம். (௬௩)

(அ-கை) இனி மூலபந்தத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌪𑌾𑌨𑍌 𑌨𑌾𑌦𑌵𑌿𑌨𑍍𑌦𑍂 𑌮𑍂𑌲𑌬𑌨𑍍𑌧𑍇𑌨 𑌚𑍈𑌕𑌤𑌾𑌮𑍍 । 𑌗𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌯𑍋𑌗𑌸𑍍𑌯 𑌸𑌂𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌂 𑌯𑌚𑍍𑌛𑌤𑍋 𑌨𑌾𑌤𑍍𑌰 𑌸𑌂𑌶𑌯𑌃 ॥ ॥௬௪॥

(இ-ள்) மேலும் கீழுஞ் செல்லுவனவாகிய பிராணாபான வாயுக்களும், நாத (அநாகதத்துவனி) விந்துக் (அநுஸ்வாரங்) களும் ஐக்கியத்தை யடைந்து, யோகத்தின் நல்ல சித்தியை அப்பியாசிகளுக்குத் தருகின்றது. இதிற் சமுசயமில்லை. எ-று.

இதின் தாற்பரியம்:— மூலபந்தம் செய்தலால் அபானன் பிராணனோடு ஒன்றாய்ச் சுழுமுனையிற் பிரவேசிக்கின்றது. அதனால் நாதம் வெளிப்படுகின்றது. அதனால் நாதத்தோடு பிராணாபான விரண்டும் இருதயத்தின்மேற்சென்று, நாதத்திற்கு விந்துவோடு ஐக்கியங்கொண்டு பிரமாந்திரத்திற் செல்லுகின்றன. அதனால் யோகசித்தி யுண்டாகின்றது. (௬௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

அபாநப்ராணயோரைக்யம் க்ஷயோ மூத்ரபுரீஷயோ: | யுவா பவதி வ்ருத்தோऽபி ஸததம் மூலபந்தநாத் || || க௫ ||

(இ-ள்) எப்போதும் மூலபந்தனத்தைச் செய்தலால், அபான பிராண னிரண்டின் ஐக்கியமும், (கட்டுப்பட்டிருக்கும்) மூத்திரபுரீஷ (மல) ங்களின் க்ஷய (வீழ்ச்சியு) முண்டாகின்றன. விருத்தனும தருணனாகின்றான். எ-று. க௫

(அ-கை) இதுவுமது.

அபாந ஊர்த்வகே ஜாதே ப்ரயாதே வஹ்நிமண்டலம் | ததாநலசிகா தீர்கா ஜாயதே வாயுநாஹதா ||

(இ-ள்) மூலபந்தத்தால் கீழ்ச்செல்லும் அபானவாயு மேற்செல்லுவதாய் அக்கினிமண்டலத்தை யடையும்போது ஜடராக்கினியின் சிகை, வாயுவோடுசேருதலால் நீளுகின்றது. எ-று.

அக்கினிமண்டலம் நாபியின் கீழ்ப்பாகத்தில் திரிகோணமாயிருக்கின்றது. அது யாஞ்ஞவல்கியரால் "தேஹமத்யே சிகிஸ்தாநம் தப்தஜாம்பூநதப்ரபம் | த்ரிகோணம் து மநுஷ்யாணாம் சதுரஸ்ரம் சதுஷ்பதாம் | மண்டலம் து பதங்காநாம் ஸத்யமேதத் ப்ரவீமி தே | தந்மத்யே து சிகா தந்வீ ஸதா திஷ்டதி பாவகே || தேகமத்தியில் அக்கினிமண்டலம் காய்ச்சிய ஜாம்பூநத பொன் நிறமுள்ளதாய் மனிதர்களுக்கு முக்கோணமாயும், நாற்காற்பிராணிகளுக்குச் சதுரமாயும், பட்சிகளுக்கு மண்டல (வட்ட) மாயுமிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் எப்போதும் அக்கினி சிகையாயிருக்கின்றது. இதை யான் உனக்கு உண்மையாகச் சொல்லுகிறேன்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (க௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌤𑌤𑍋 𑌯𑌾𑌤𑍋 𑌵𑌹𑍍𑌨𑍍𑌯𑌪𑌾𑌨𑍌 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌮𑍁𑌷𑍍𑌣𑌸𑍍𑌵𑌰𑍂𑌪𑌕𑌮𑍍 ।
𑌤𑍇𑌨𑌾𑌤𑍍𑌯𑌨𑍍𑌤𑌪𑍍𑌰𑌦𑍀𑌪𑍍𑌤𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌜𑍍𑌵𑌲𑌨𑍋 𑌦𑍇𑌹𑌜𑌸𑍍𑌤𑌥𑌾 ॥

(இ-ள்). அதன்பின் அக்கினியும் அபானனும் அக்கினி சிகையின் விருத்தியாலாவது அல்லது உஷ்ணசொரூபமுடைமையினாலாவது பிராணனை அடைகின்றன. அதனால்(பிராணச்சேர்க்கையால்)தேகத்திலுண்டாகும் அக்கினி அத்தியந்தம் தீபனமுடைய தாகின்றது. (அபானன்மேற்சென்றால் அக்கினி, பிராணசங்கமத்தால் மிகவும் தீபனமுடையதாகுமென்பது பொருள்). எ-று. (௬௭)

(அ-கை). இதுவுமது.

𑌤𑍇𑌨 𑌕𑍁𑌣𑍍𑌡𑌲𑌿𑌨𑍀 𑌸𑍁𑌪𑍍𑌤𑌾 𑌸𑌂𑌤𑌪𑍍𑌤𑌾 𑌸𑌂𑌪𑍍𑌰𑌬𑍁𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 ।
𑌦𑌣𑍍𑌡𑌾𑌹𑌤𑌾 𑌭𑍁𑌜𑌙𑍍𑌗𑍀𑌵 𑌨𑌿𑌶𑍍𑌵𑌸𑍍𑌯 𑌋𑌜𑍁𑌤𑌾𑌂 𑌵𑍍𑌰𑌜𑍇𑌤𑍍 ॥

(இ-ள்). அதனால்(அக்கினியின் அத்தியந்ததீபனத்தால்) செவ்வையாய்த்தபிக்கப்படுங்கால் தூங்குகின்ற குண்டலினி சக்தி நன்றாய் விழிப்புடையதாகின்றது. தண்டத்தாலடிக்கப்பட்டசர்பத்தைப்போல நிசுவாசத்தைச்செய்து சானத்தன்மை (நிமிர்ச்சி)யையடைகின்றது. எ-று. (௬௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌬𑌿𑌲𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌵𑌿𑌷𑍍𑌟𑍇𑌵 𑌤𑌤𑍋 𑌬𑍍𑌰𑌹𑍍𑌮𑌨𑌾𑌡𑍍𑌯𑌨𑍍𑌤𑌰𑌂 𑌵𑍍𑌰𑌜𑍇𑌤𑍍 ।
𑌤𑌸𑍍𑌮𑌾𑌨𑍍𑌨𑌿𑌤𑍍𑌯𑌂 𑌮𑍂𑌲𑌬𑌨𑍍𑌧𑌃 𑌕𑌰𑍍𑌤𑌵𑍍𑌯𑍋 𑌯𑍋𑌗𑌿𑌭𑌿𑌃 𑌸𑌦𑌾 ॥ ॥௬௯॥

(இ-ள்) அதன்பின்(சானத்தன்மையையடைந்தபின்)பிலத்திற் பிரவேசித்தபாம்பைப்போல சுழுமுனையினுள் பிரவேசிக்கின்றது. அக்காரணத்தால் யோகாப்பியாசிகளால் மூலபந்தம் பிரதிதினமும் எக்காலத்திலும்செய்யத்தக்கதாம். எ-று. (௬௯)

ஜாலாந்திரபந்தம்.

(அ-கை) ஜாலந்தரபந்தத்தைக்கூறுகின்றார்.

𑌕𑌣𑍍𑌠𑌮𑌾𑌕𑍁𑌞𑍍𑌚𑍍𑌯 𑌹𑍃𑌦𑌯𑍇 𑌸𑍍𑌥𑌾𑌪𑌯𑍇𑌚𑍍𑌚𑌿𑌬𑍁𑌕𑌂 𑌦𑍃𑌢𑌮𑍍 |
𑌬𑌨𑍍𑌧𑍋 𑌜𑌾𑌲𑌨𑍍𑌧𑌰𑌾𑌖𑍍𑌯𑍋𑌽𑌯𑌂 𑌜𑌰𑌾𑌮𑍃𑌤𑍍𑌯𑍁𑌵𑌿𑌨𑌾𑌶𑌕𑌃 ||

(இ-ள்) கழுத்திலுள்ள துவாரத்தைச்சுருக்கி, இருதயத்தில்(மார்பின்சமீபத்தில் நாலங்குலமிடையிருக்கும்படி)மோவாய்க்கட்டையைத்திடமாக ஸ்தாபிக்கவேண்டும். ஜராமரணங்களைப் போக்குவதாகிய இப்பந்தம் ஜாலந்தரமென்னும் பெயருள்ளதாம். எ-று.

கழுத்தைச் சுருக்குதலோடு நான்கு அங்குலம் இடையிருக்கும்படி மார்பின் சமீபத்தில் கீழேகுனியும் முயற்சி பூர்வகமாகமோவாய்க்கட்டையை ஸ்தாபித்தல், ஜாலந்தரபந்தமாம். ()

(அ-கை) ஜாலந்தரமென்னும் பதத்தின்பொருளைக் கூறுகின்றார்.

𑌬𑌧𑍍𑌨𑌾𑌤𑌿 𑌹𑌿 𑌸𑌿𑌰𑌾𑌜𑌾𑌲𑌮𑌧𑍋𑌗𑌾𑌮𑌿 𑌨𑌭𑍋𑌜𑌲𑌮𑍍 | 𑌤
𑌤𑍋 𑌜𑌾𑌲𑌨𑍍𑌧𑌰𑍋 𑌬𑌨𑍍𑌧𑌃 𑌕𑌣𑍍𑌠𑌦𑍁𑌃𑌖𑍌𑌘𑌨𑌾𑌶𑌨𑌃 ||

(இ-ள்) எதனால் நாடிகளின்ஜால(சமுதாய)ங்களையும் கீழ்ச்செல்லுவதாகிய ஆகாயஜல(கபாலகுகரத்தின் அமிர்த)த்தையும் பந்திக்கிறன்றோ, அதனால் ஜாலந்தரபந்தமென்னும்பெயருடையதாம். இது கழுத்திலுள்ள துக்கசமூகங்களை நாசஞ்செய்வதாயிருக்கின்றது. எ-று. (௭௧)

(அ-கை) ஜாலந்தரபந்தத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

𑌜𑌾𑌲𑌨𑍍𑌧𑌰𑍇 𑌕𑍃𑌤𑍇 𑌬𑌨𑍍𑌧𑍇 𑌕𑌣𑍍𑌠𑌸𑌙𑍍𑌕𑍋𑌚𑌲𑌕𑍍𑌷
𑌣𑍇 | 𑌨 𑌪𑍀𑌯𑍂𑌷𑌂 𑌪𑌤𑌤𑍍𑌯𑌗𑍍𑌨𑍌 𑌨 𑌚 𑌵𑌾𑌯𑍁𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌕𑍁𑌪𑍍𑌯
𑌤𑌿 || ௭௨ ||

(இ-ள்) கண்டத்தைச்சுருக்குதலாகிய ஜாலந்தரமென்னும்பந்தத்தைச்செய்தால் அமிர்தம் ஜடாக்கினியில்விழாது. பிராணனும்கோபியாது (வேறுநாடியில் வாயு செல்லுதலாகிய பிரகோபத்தைச்செய்யாது). எ-று. (௭௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

கண்டஸங்கோசநேநைவ த்வே நாட்யௌ ஸ்தம்பயேத் த்ருடம் |
மத்யசக்ரமிதம் ஜ்ஞேயம் ஷோடசாதாரபந்தநம் ||

(இ-ள்) திடமாகக் கண்டத்தைச் சுருக்குதல் மாத்திரத்தால் இடை பிங்கலைகளென்னு மிரண்டு நாடிகளையும் ஸ்தம்பிக்கவேண்டும். அங்குஷ்டாதாரமுதல் பிரமரந்திரம் வரையிலுள்ள பதினாறு ஆதாரங்களின் பந்தத்தைச் செய்யும் இந்த (கண்டஸ்தானத்திலுள்ள) விசுத்தியென்னும் மத்திமசக்கரம் அறியத்தக்கதாம். எ-று.

அங்குஷ்டகுல்பஜாநூருஸீவிநீலிங்கநாபய꞉ | ஹ்ருத்க்ரீவாகண்டதேசஶ்ச லம்பிகா நாஸிகா ததா | ப்ரூமத்யஞ்ச லலாடஞ்ச மூர்த்நா ச ப்ரஹ்மரந்த்ரகம் | ஏதே ஹி ஷோடசாதாரா꞉ கதிதா யோகிபுங்கவை꞉ || அங்குஷ்டம், குற்பம் (பாதி), முழங்கால், தொடை, பீஜத்தின் கீழ்நரம்பு, இலிங்கம், நாபி, இருதயம், பிடறு, கழுத்து, நாக்கு, மூக்கு, புருவநடு, நெற்றி, சிரசு, பிரமரந்திரம் என்னுமிவை யோகிபுங்கவர்களால் ஷோடசாதார மெனப்படுகின்றன" என்னும் இவ்வாதாரங்களில் தாரணைசெய்தலின் பல விசேஷம், கோரக்கசித்தாந்தத்தில் அறியத்தக்கதாம். (௭௩)

(அ-கை) முற்கூறிய பந்தத்திரயங்களின் உபயோகத்தைக் கூறுகின்றார்.

மூலஸ்தாநம் ஸமாகுஞ்ச்ய உட்டியாநந்து காரயேத் |
இடாஞ்ச பிங்கலாம் பத்த்வா வாஹயேத் பஶ்சிமே பதி ||

(இ-ள்) மூல (ஆதார) ஸ்தானத்தைச் செவ்வையாய்ச் சுருக்கி, நாபியைப்பின்னிழுத்தலாகிய உட்டியான பந்தத்தைச் செய்யவேண்டும். கங்கையமுனையென்னும் இடைபிங்கலைகளை

ப்பந்தித்து சுழுமுனைமார்க்கத்தில் பிராணனைச் செலுத்தவேண்டும். எ-று.

இங்கே இடைபிங்கலைகளைப் பந்தித்து என்பதனால் ஜாலந்தரபந்தத்தால் என்று பொருளாகின்றது; "கண்டத்தைச் சுருக்குதலினாலேயே இரண்டு நாடிகளும் ஸ்தம்பிக்கின்றன." என்று (எங-வதுசுலோகத்தில்) கூறப்பட்டிருத்தலால். (௭௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

அநேநைவ விதாநேந ப்ரயாதி பவநோ லயம் ।
ததோ ந ஜாயதே ம்ருத்யுர்ஜராரோகாதிகம் ததா ॥

(இ-ள்) இவ்விதத்தினாலேயே பிராணன் இலயத்தை (ஸ்திரத்தன்மையை) அடைகின்றது. அதனால் (பிராணனது இலயத்தால்) மிருத்யு ஜரை ரோகமுதலியவைகள் உண்டாகிறதில்லை. எ-று.

கதியின்மை பூர்வகமாக பிரமரந்திரத்தில் நிலைத்தல், பிராணனது இலயமாம். முதலியவென்னுஞ்சொல்லால் நரை, திரை, தந்திரா, ஆலசியமுதலியவைகளுங்கொள்ளப்படுகின்றன. (௭௫)

(அ-கை) இதுவுமது.

பந்தத்ரயமிதம் ஶ்ரேஷ்டம் மஹாஸித்தைஶ்ச ஸேவிதம் ।
ஸர்வேஷாம் ஹடதந்த்ராணாம் ஸாதநம் யோகிநோ வி-
து: ॥ ॥௭௬॥

(இ-ள்) இந்த மூன்று பந்தங்களும் சிரேஷ்ட (ஷோடசாதாரங்களில் மிகச்சிலாக்கிய) மானவைகளும், மச்சேந்திரர்முதலிய சித்தர்களாலும் சேவிக்கப்பட்டனவும், சகலஹடதந்திர (உபாய) ங்களுக்கும் சாதனமு (சித்தியையுண்டாக்குவனவு) மாமென்று கோரக்கர்முதலியயோகிகள் அறிகின்றார்கள். எ-று.

சித்தர்களாலும் என்பதிலுள்ள உம்மையால் வசிஷ்டாதி

முனிவர்களாலுமென்பது கொள்ளப்படுகின்றது. (எசு)

(அ-கை) விபரீதகாணியைச் சொல்லக்கருதி, அதன் உபோற்காதத்தன்மையால் முதலில் பிண்டம் (தேகம்) ஜரையுடையதாதலைக் கூறுகின்றார்.

𑌯𑌤𑍍𑌕𑌿𑌞𑍍𑌚𑌿𑌤𑍍𑌸𑍍𑌰𑌵𑌤𑍇 𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌾𑌦𑌮𑍃𑌤𑌂 𑌦𑌿𑌵𑍍𑌯𑌰𑍂𑌪𑌿𑌣𑌃 । 𑌤
𑌤𑍍𑌸𑌰𑍍𑌵𑌂 𑌗𑍍𑌰𑌸𑌤𑍇 𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑌸𑍍𑌤𑍇𑌨 𑌪𑌿𑌣𑍍𑌡𑍋 𑌜𑌰𑌾𑌯𑍁𑌤𑌃 ॥

(இ-ள்) திவ்விய (உத்கிருஷ்ட) வடிவமாகிய யாதொரு அமிர்தம் (அண்ணத்தின் மூலத்திலுள்ள) சந்திரனினின்றும் ஒழுகின்றதோ, அது முழுவதையும் நாபியிலிருக்கும் அனல்வடிவமாகிய சூரியன் விழுங்குகின்றது. அதனால் (சூரியன் அமிர்தத்தை விழுங்குதலால்) தேகம் ஜரையுடையதாகின்றது. எ-று

அமுதத்தைச் சூரியன் விழுங்குகிறதென்பது கோரக்கநாதரால் "𑌨𑌾𑌭𑌿𑌦𑍇𑌶𑍇 𑌵𑌸𑌤𑍍𑌯𑍇𑌕𑍋 𑌭𑌾𑌸𑍍𑌕𑌰𑍋 𑌦𑌹𑌨𑌾𑌤𑍍𑌮𑌕𑌃 । 𑌅𑌮𑍃𑌤𑌾𑌤𑍍𑌮𑌾 𑌸𑍍𑌥𑌿𑌤𑍋 𑌨𑌿𑌤𑍍𑌯𑌂 𑌤𑌾𑌲𑍁𑌮𑍂𑌲𑍇 𑌚 𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌮𑌾𑌃 ॥ 𑌵𑌰𑍍𑌷𑌤𑍍𑌯𑌧𑍋𑌮𑍁𑌖𑌶𑍍𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑍋 𑌗𑍍𑌰𑌸𑌤𑍍𑌯𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌮𑍁𑌖𑍋 𑌰𑌵𑌿𑌃 ॥ 𑌜𑍍𑌞𑌾𑌤𑌵𑍍𑌯𑌂 𑌕𑌰𑌣𑌂 𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌯𑍇𑌨 𑌪𑍀𑌯𑍂𑌷𑌮𑌾𑌪𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ தகனவடிவமாகிய சூரியன் நித்தியம் நாபிஸ்தானத்திலிருக்கின்றது. அமிர்தவடிவமாகிய சந்திரன் நித்தியம் மேல்வாயின் மூலத்திலிருக்கின்றது. கீழ்முகமாகிய சந்திரன் அமிர்தத்தை வருஷிக்கின்றது. மேல்முகமாகிய சூரியன் அதை விழுங்குகின்றது. ஆதலால் எதனால் (எந்தக் காணத்தினால்) அமிர்தம் அடையப்படுகின்றதோ, அந்தக்காணத்தைச் செய்யவேண்டும்." என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (எஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌤𑌤𑍍𑌰𑌾𑌸𑍍𑌤𑌿 𑌕𑌰𑌣𑌂 𑌦𑌿𑌵𑍍𑌯𑌂 𑌸𑍂𑌰𑍍𑌯𑌸𑍍𑌯 𑌮𑍁𑌖𑌵𑌞𑍍𑌚𑌨𑌮𑍍 ।
𑌗𑍁𑌰𑍂𑌪𑌦𑍇𑌶𑌤𑍋 𑌜𑍍𑌞𑍇𑌯𑌂 𑌨 𑌤𑍁 𑌶𑌾𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌰𑍍𑌥𑌕𑍋𑌟𑌿
𑌭𑌿𑌃 ॥ ॥ எஅ ॥

(இ-ள்) அவ்விஷயத்தில் நாபிஸ்தானத்திலுள்ள அனலமாகிய சூரியனது முகத்தை வஞ்சிக்கும் உத்தம (திவ்விய) மாகிய இனிச் சொல்லப்படும் முத்திரையென்னும் கரணம் ஒன்றுண்டு. அது குருபதேசத்தால் அறியக்கூடியதாம். கோடிசாஸ்திரங்களாலு மறியக்கூடியதன்று. எ-று. (எஅ)

விபரீதகரணி.

(அ-கை) விபரீதகரணியைக் கூறுகின்றார்.

𑌊𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂 𑌨𑌾𑌭𑍇𑌰𑌧𑌸𑍍𑌤𑌾𑌲𑍋𑌰𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂 𑌭𑌾𑌨𑍁𑌰
𑌧𑌃 𑌶𑌶𑍀 । 𑌕𑌰𑌣𑍀 𑌵𑌿𑌪𑌰𑍀𑌤𑌾𑌖𑍍𑌯𑌾 𑌗𑍁𑌰𑍁𑌵𑌾𑌕𑍍𑌯𑍇𑌨
𑌲𑌭𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ ॥ எகூ ॥

(இ-ள்) மேலே நாபியும் கீழே அண்ணமும (மேல்வாயு) மாக அதாவது மேலே அனல்வடிவாகிய சூரியனும் கீழே அமிர்தவடிவமாகிய சந்திரனுமாக இருக்கும் (விபரீதமாக அதாவது மேலுங்கீழுமாக விருக்கும் சந்திரசூரியர்களைக் கீழுமேலுமாகச் செய்தலென்னும் பதப்பொருளுள்ள) விபரீதகரணியென்னும் கரணம் குருவாக்கியத்தால் அடையப்படுகின்றது. எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌨𑌿𑌤𑍍𑌯𑌮𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌜𑌠𑌰𑌾𑌗𑍍𑌨𑌿𑌵𑌿𑌵𑌰𑍍𑌧𑌨𑍀 । 𑌆𑌹𑌾
𑌰𑍋 𑌬𑌹𑍁𑌲𑌸𑍍𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌸𑌂𑌪𑌾𑌦𑍍𑌯𑌃 𑌸𑌾𑌧𑌕𑌸𑍍𑌯 𑌚 ॥ 𑌅𑌲𑍍𑌪𑌾
𑌹𑌾𑌰𑍋 𑌯𑌦𑌿 𑌭𑌵𑍇𑌦𑌗𑍍𑌨𑌿𑌰𑍍𑌦𑌹𑌤𑌿 𑌤𑌤𑍍𑌕𑍍𑌷𑌣𑌾𑌤𑍍 ॥ ॥ அ0 ॥

(இ-ள்) பிரதிதினமும் ஜடராக்கினியை விருத்திசெய்யும் விபரீதகரணியை அப்பியாசிக்கும் சாதகனுக்கு ஆகாரம், அதிகமாய்(வேண்டிய அளவு)சம்பாதிக்கத்தக்கதாம். ஆகாரம் அற்பமாகுமாயின் அக்கினி க்ஷணமாத்திரத்தில்(விரைவில்) தேகத்தைத் தகிக்கும். எ-று (அ0)

(அ-கை) மேலும் கீழுமாயுள்ள சந்திரசூரியர்களைக் கீழுமேலுமாகச் செய்யுங் கிரியையைக் கூறுகின்றார்.

अधःशिरश्चोर्ध्वपादः क्षणं स्यात्प्रथमे दिने।
क्षणाच्च किंचिदधिकमभ्यसेत्तु दिने दिने ॥ ௮௧ ॥

(இ-ள்) கீழ்ப்பாகத்தில் (பூமியில்) சிரசை வைத்து (இரண்டு கைகளாலும் இடுப்பைப் பிடித்துக்கொண்டு, தோள்முதல் முழங்கைவரையிலுமாகிய புஜங்களாலும் பிடரி சிரசின்பின்புறமென்பவற்றாலும் பூமியைப்பற்றி) மேலே காலை நீட்டி முதல்நாளில் க்ஷணநேரம் இருக்கவேண்டும்.

நாளுக்குநாள் க்ஷணத்தினும் கொஞ்சமதிகமாக (இரண்டு க்ஷணம் மூன்றுக்ஷண மதிகமாக) அப்பியாசம் செய்யவேண்டும். எ-று. (௮௧)

(அ-கை) விபரீதகரணியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

वलितं पलितं चैव षण्मासोर्ध्वं न दृश्यते।
याममात्रं तु यो नित्यमभ्यसेत्स तु कालजित् ॥ ௮௨ ॥

(இ-ள்) சாதகனது தேகத்தில் ஆறுமாசத்திற்குமேல் திரைநரைகள் தோற்றா. எந்தச்சாதகன் யாமநேரம் தினமும் அப்பியாசிக்கிறானோ, அவன் காலனை ஜயித்தவனாகின்றான்.

இதனால் யோகம் பிராரத்தகர்மத்தைப் பிரதிபந்திப்பதென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. அது விஷ்ணுதர்மத்தில் "देहारम्भकस्यापि कर्मणः संक्षयावहः। यो योगः पृथिवीपाल श्रूयतां तस्य लक्षणम् ॥ பிருதிவிபாலனே! தனது தேகத்திற்குக் காரணமாகிய கர்மத்தையும் கெடுக்கும் யோகம் எதுவோ, அதன் இலக்ஷணத்தையும் கேட்பாயாக" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. வித்தியாரண்ணியசுவாமிகளால் ஜீவன்முக்திப்பிரகரணத்திலும் "यथा प्रारब्धकर्म तत्त्वज्ञानात्प्रबलं तथा तस्मादपि कर्मणो योगाभ्यासः प्रबलः। अत एव योगिनामुद्दालकवीतहव्यादीनां स्वेच्छया

தேஹத்யாகமுபவாஞ்சதே ॥ எப்படிப் பிராரப்தகர்மம் தத்துவ ஞானத்திலும் பிரபலமோ, அப்படியே அந்தக்கர்மத்தைவிட யோகாப்பியாசம் பிரபலமாம். ஆகையால் உத்தாலகர் வீதகவ்வியர் முதலிய யோகிகளுக்கு சுவேச்சையாக (தமது இஷ்டப்படி) தேகத்தைவிடுதல் பொருந்தும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பாகவதத்திலும் "தேஹம் ஜஹ்யாத் ஸமாதிநா ॥ சமாதியினால் தேகத்தைவிடுகின்றான்" என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௮௨)

வஜ்ரோலி.

(அ-கை) வஜ்ரோலியிற் பிரவிருத்தியை யுண்டாக்குவதற்கு முதலில் அதன் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்வேச்சயா வர்த்தமாநோऽபி யோகோக்தைர்நியமைர்விநா ।
வஜ்ரோலீம் யோ விஜாநாதி ஸ யோகீ ஸித்திபாஜநம் ॥ ॥௮௩॥

(இ-ள்) எவன் (எந்த அப்பியாசி) வஜ்ரோலி முத்திரையை விசேஷமாகச் சுவாநுபவத்தால் அறிகிறானோ, அந்த யோகி யோகசாஸ்திரத்திற் சொல்லப்பட்ட பிரமசரியமுதலிய நியமங்களின்றி சுவேச்சையாயிருந்தாலும், அணிமாதிகளுக்குப் பாத்திரனாகின்றான். எ-று. (௮௩)

(அ-கை) அதன் சாதனத்திலுபயோகமுள்ள இரண்டு வஸ்துக்களையும் கூறுகின்றார்.

தத்ர வஸ்துத்வயம் வக்ஷ்யே துர்லபம் யஸ்ய கஸ்யசித் ।
க்ஷீரஞ்சைகம் த்விதீயந்து நாரீ வசவர்த்திநீ ॥௮௪॥

(இ-ள்) அதில் (வஜ்ரோலியப்பியாசத்தில்) உபயோகமுள்ள இரண்டு வஸ்துக்களையும் சொல்லுகிறேன். அது (தனமில்லாத) எவனுக்கும் துர்லபமாம் (துக்கத்தினாலடையக் கூடிய அல்லது துக்கத்தினாலுமடைதற்கரியதாம்). அவ்விரண்

டு வஸ்துக்களைவை யெனின், ஒன்று (குடிக்கும் பொருட்டு) பால். மற்றொன்று, சுவாதீனமுள்ள ஸ்திரீ. எ-று.

புணர்ச்சிக்குப் பின் இந்திரியம் பலமற்றுப்போகின்றபடியால், அதன் பலத்திற்காகப் பால் குடித்தல், யுக்தம். சிலரோ பால் குடித்தல் அப்பியாசகாலத்தில் ஆகருஷணஞ் செய்தற் பொருட்டாமென்பர். (அச)

(அ-கை) வஜ்ரோலிமுத்திரையின் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

மேஹநேந ஶநை: ஸம்யகூர்த்வாகுஞ்சநமப்யஸேத் ।
புருஷோऽப்யதவா நாரீ வஜ்ரோலீஸித்திமாப்நுயாத் ॥ அரு ॥

(இ-ள்) விந்து வெளிப்படுவதற்குச் சாதனமாகிய புணர்ச்சிக்குப்பின், புருஷனாவது ஸ்திரீயாவது மெல்ல நன்றாய் யத்தின பூர்வகமாக உபஸ்தத்தானத்தைமேலிழுத்தலை (விந்துவைமேலிழுத்தலை)ச்செய்யவேண்டும். அதனால வஜ்ரோலிமுத்திரையின் சித்தியையடைவர். எ-று. (அரு)

(அ-கை) இனி வஜ்ரோலியின் முதல் அங்கமாகிய பிரக்கிரியையைக் கூறுகின்றார்.

யத்நத: ஶஸ்தநாலேந பூத்காரம் வஜ்ரகந்தரே ।
ஶநை: ஶநை: ப்ரகுர்வீத வாயுஸஞ்சாரகாரணாத்

(இ-ள்) ஈயமுதலியவற்றாற் செய்யப்பட்ட சிறந்த குழலால் இலிங்கத்துவாரத்தில் வாயு சஞ்சரிக்கும்பொருட்டு, மெல்ல மெல்ல அடிக்கடி நெருப்பூதுகுழலிற் போல் பூத்காரம் செய்ய வேண்டும். எ-று.

* வஜ்ரோலியின் சாதனப்பிரக்கிரியை:—ஈயத்தாற் செய்ய

---

* இவ்வஜ்ஜிரோலியால் விந்து சித்திப்பதற்குச் சுலபமானவேறு உபாயம் சிவசங்கிதையிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது வருமாறு:—

ப்பட்டதும், மிருதுவானதும், இலிங்கத்தில் பிரவேசிக்கத்தக்கதும், பதினான்கங்குலமாத்திர மளவுள்ளதுமாகிய சலாகை செய்து, அதை இலிங்கத்தில் செலுத்துதலை அப்பியசிக்கவேண்டும். அதாவது முதல் நாள் ஒரு அங்குலமாத்திரமும், இரண்டாம் நாள் இரண்டங்குலமாத்திரமும், மூன்றும் நாள் மூன்றங்குலமாத்திரமுமாக இப்படிக் கிரமமாய் விருத்திசெய்யவேண்டும். பன்னிரண்டங்குலமாத்திரம் பிரவேசித்தால் இலிங்கம்சுத்தமாம். பதினான்கங்குலமாத்திரமுள்ளதை இரண்டங்குலம் மேல்முகமாக வளைத்து, அதன் பன்னிரண்டங்குலமாத்திரத்தை உட்செலுத்தவேண்டும். மேல்முகமாக வளைந்த இரண்டங்குலமாத்திரத்தை வெளியே வைக்கவேண்டும். அதன்பின் அதைக் கம்மாளனது நெருப்பூதுகுழலைப்போற் கொண்டு, இலிங்கஸ்தானத்தில் செலுத்தப்பட்ட பன்னிரண்டங்குல நாளத்தின்(குழலின்) மேல்முகமாகவளைந்த இரண்டங்குலமத்தியில் வாயு பிரவேசிக்கும்படி பூத்காரஞ்செய்ய(ஊத)வேண்டும். அதனால் நன்றாய் மார்க்கசுத்தியுண்டாகின்றது. அதன்பின் ஜலத்தை இலிங்கத்தாலிழுக்கவேண்டும். ஜலத்தை இழுத்தல் சித்தித்தபின், முன்சுலோகத்திற் கூறியபடி விந்துவை மேலிழுத்து அப்பியசிக்கவேண்டும். விந்துவை யாகருஷித்தல்(இழுத்தல்)சித்தித்தால் வஜ்ரோலிமுத்திரை சித்திக்கும். இது பிராணஜயமுள்ளவனுக்கே சித்திக்கும். மற்றவனுக்குச் சித்தியாது. கேசரிமுத்திரையும் பிராணஜயமுமாகிய இரண்டும் சித்தித்தவனுக்கே இது செவ்வையாய் உண்டாகின்றது. (அசு)

(அ-கை) இப்படி வஜ்ரோலியப்பியாசம் சித்தித்தபின், அதன் உத்தரசாதனத்தைக் கூறுகின்றூர்.

தான் சிறு நீர்விடுங்காலத்து அதை வாயுவினால் பலமாக மேமேலே இழுத்துக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விடவேண்டும். மறுபடியும் குரு உபதேசித்தபடி மேலிழுக்கவேண்டும். இப்படி ஆறுமாதம் பிரதிதினமும் அப்பியசித்தால் மகாசித்தியைத் தராநின்ற விந்துசித்தியுண்டாகும். நூறுபெண்களோடு கூடினும் விந்து நசியாதென்பதாம்.

நாரீபகே பதத்பிந்துமப்யாஸேநோர்த்வமாஹரேத் ॥ ௮௬ ॥

(இ-ள்) இரதிகாலத்தில் ஸ்திரீயின் யோனியில் விழும் விந்துவை விழுவதற்கு முன்னமே வஜ்ரோலிமுத்திரையி னப்பியாசத்தால் மேலே இழுக்கவேண்டும். எ-று. (௮௬)

(அ-கை) விழுவதற்குமுன் விந்து இழுக்கப்படாவிடின், விழுந்தபின் அதை யிழுக்கவேண்டுமெனக் கூறுகின்றார்.

சலிதம் ச நிஜம் பிந்துமூர்த்வமாக்ருஷ்ய ரக்ஷயேத் ॥

(இ-ள்) ஸ்திரீயின் யோனியில் விழுந்த தனது சுக்கிலத்தையும் மேலே இழுத்து இரக்ஷிக்க(வைக்க)வேண்டும். எ-று. சகாரத்தால்(உம்மையால்)விந்துவோடு ஸ்திரீயின் இரஜசை இழுத்தலும் கொள்ளப்படும். (௮௭)

(அ-கை) வஜ்ரோலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஏவம் ஸம்ரக்ஷயேத்பிந்தும் ம்ருத்யும் ஜயதி யோகவித் ।
மரணம் பிந்துபாதேந ஜீவநம் பிந்துதாரணாத் ॥ ௮௮ ॥

(இ-ள்) இப்படி விந்துவை எவன் இரக்ஷிக்கிறானோ, அப்படிப்பட்ட யோகவித்து(யோகமுணர்ந்தவன்)மிருத்தியுவை ஜயிக்கிறான். விந்துநீக்கத்தால் மரணமும், விந்துதாரணத்தால் ஜீவனமும் உண்டாகின்றமையால், விந்துவை இரட்சிக்கவேண்டும். எ-று. (௮௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸுகந்தோ யோகிநோ தேஹே ஜாயதே பிந்துதாரணாத் । யாவத்பிந்து: ஸ்திரோ தேஹே தாவத்காலபயம் குத: ॥ ௮௯ ॥

(இ-ள்) வஜ்ரோலியப்பியாசிகளாகிய யோகிகளது தேகத்

தில் விந்துதாரணத்தினுல் சுகந்தமுண்டாகின்றது. எவ்வளவுகாலம் தேகத்தில் விந்து நிலைத்திருக்கின்றதோ, அவ்வளவுகாலம் வரையில் மிருத்தியுபயமேது. இல்லையென்றபடி. எ-று (அ௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

சித்தாயத்தம் ந்ருணாம் ஶுக்ரம் ஶுக்ராயத்தம் ச ஜீவிதம் ।
தஸ்மாச்சுக்ரம் மனஶ்சைவ ரக்ஷணீயம் ப்ரயத்னத꞉ ॥ ௯௰ ॥

(இ-ள்) புருஷர்களின் சுக்கிலம் (சித்தம் அசைந்தால் அசைகின்றது. சித்தம் நிலைத்தால் நிலைக்கின்றதாகலின்) சித்தத்தின் ஆதீனமாம். (சுக்கிலம் நிலைத்தலால் ஜீவனமும், சுக்கிலம் நஷ்டமாதலால் மரணமுமுண்டாகின்றதாகலின்) ஜீவனம் சுக்கிலாதீனமாம். ஆதலால் சுக்கிலத்தையும் மனதையும் பிரயத்தனத்தால் இரக்ஷிக்கவேண்டும். அதாவது அவசியம் இரக்ஷிக்கவேண்டுமென்பதாம். எ-று. (௯௰)

(அ-கை) இதுவுமது.

ருதுமத்யா ரஜோ(அ)ப்யேவம் நிஜம் பிந்தும் ச ரக்ஷயேத் ॥

(இ-ள்) இப்படி (முற்கூறிய அப்பியாசத்தால்) இருதுஸ்நானஞ்செய்த ஸ்திரீயின் இரேதசையும் தனது சுக்கிலத்தையும் இரட்சிக்க (இழுக்க) வேண்டும். எ-று. (௯௰,௧)

(அ-கை) முற்கூறிய அப்பியாசத்தைக் காட்டுகின்றார்.

மேட்ரேணாகர்ஷயேதூர்த்வம் ஸம்யகப்யாஸயோகவித் ॥
|| ௯க ||

(இ-ள்) யோகசாதனமாயிருக்கின்ற வஜ்ரோலியப்பியாசத்தையறியும் அப்பியாசயோகவித்தானவன், குறியே (உபஸ்தேந்திரியத்தால்) இரஜசையும் விந்துவையும் நன்றாய் மேலிழுக்க வேண்டும். (௯க)

சகஜோலி.

(அ-கை) சகஜோலி அமரோலியிரண்டையும் சொல்லுக்க

ருதி, அவை வஜ்ரோலியின் விசேஷ(பேத)மாமென்பதையும், சகஜோலியையுங் கூறுகின்றார்.

𑌸𑌹𑌜𑍋𑌲𑌿𑌶𑍍𑌚𑌾𑌮𑌰𑍋𑌲𑌿𑌰𑍍𑌵𑌜𑍍𑌰𑍋𑌲𑍍𑌯𑌾 𑌭𑍇𑌦 𑌏𑌕
𑌤𑌃। 𑌜𑌲𑍇 𑌸𑍁𑌭𑌸𑍍𑌮 𑌨𑌿𑌕𑍍𑌷𑌿𑌪𑍍𑌯 𑌦𑌗𑍍𑌧𑌗𑍋𑌮𑌯𑌸𑌂𑌭𑌵𑌮𑍍 ॥௯௨॥

(இ-ள்) சகஜோலியும் அமரோலியும் ஒரே பலமுடையனவாயிருத்தலால், அவை வஜ்ரோலியின் பேதமாம். கோமயத்தை எரித்தலாலுண்டாகும் நல்ல விபூதியை ஜலத்திற் போட்டு (ஜலத்தாற் குழைத்து), எ-று. (௯௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌵𑌜𑍍𑌰𑍋𑌲𑍀𑌮𑍈𑌥𑍁𑌨𑌾𑌦𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂 𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑍀𑌪𑍁𑌂𑌸𑍋𑌃𑌸𑍍𑌵𑌾𑌙𑍍
𑌗𑌲𑍇𑌪𑌨𑌮𑍍। 𑌆𑌸𑍀𑌨𑌯𑍋𑌃 𑌸𑍁𑌖𑍇𑌨𑍈𑌵 𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑌵𑍍𑌯𑌾
𑌪𑌾𑌰𑌯𑍋𑌃𑌕𑍍𑌷𑌣𑌾𑌤𑍍 ॥ ॥௯௩॥

(இ-ள்) வஜ்ரோலிமுத்திரையின் பொருட்டு புணர்ச்சி செய்தபின், க்ஷண (இரதியுற்சவ)த்தினின்றும் நீக்கிய வியாபாரமுடைய (இரதிக்கிரியையில்லாத)வர்களாய், ஆநந்தமாக உட்கார்ந்திருக்கும் ஸ்திரீபுருஷர்களிருவரும் சோபனமாகிய (சிரசு, நெற்றி, நேத்திரம், ஹிருதயம், தோள், கையென்னும்) அங்கங்களில் பூசிக்கொள்ள வேண்டும். எ-று. (௯௩)

(அ-கை) இதுவுமது-

𑌸𑌹𑌜𑍋𑌲𑌿𑌰𑌿𑌯𑌂𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌾 𑌶𑍍𑌰𑌦𑍍𑌧𑍇𑌯𑌾𑌯𑍋𑌗𑌿𑌭𑌿𑌃𑌸
𑌦𑌾 । 𑌅𑌯𑌂𑌶𑍁𑌭𑌕𑌰𑍋𑌯𑍋𑌗𑍋 𑌭𑍋𑌗𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑍋ऽ𑌪𑌿
𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑌿𑌦𑌃 ॥ ॥௯௪॥

(இ-ள்) இக்கிரியை சகஜோலி யென்று சொல்லப்படுகின்றது. இது எப்போதும் யோகிகளால் சிரத்தையோடு செய்யத்தக்கதாம். சுகத்தை (சிரேயஸை)த்தருவதாகிய இந்தச் சகஜோலியென்னும் யோகம் (உபாயம்) யோகத்தோடு கூடியதாயினும் முக்தியைத் தருவதாயிருக்கின்றது. எ-று. (௯௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

அயம் யோக: புண்யவதாம் தீராணாம் தத்வதர்ஸி-
நாம் | நிர்மத்ஸராணாம் ஸித்யேத ந து மாத்ஸர்ய ஶாலி-
நாம் || ||௩௫||

(இ-ள்) இந்த யோகம் புண்ணியவான்களும் தீரர்களும் (தைரியமுடையவர்களும்) தத்துவதரிசி (உண்மையுணர்ந்தவர்) களும் மற்சரமில்லாதவர்களுமாகிய புருஷர்களுக்குச் சித்திக்கும். மற்சரமுடையவர்களுக்குச் சித்தியாது. எ-று.

மற்சரம்=அந்நியர்களது குணத்தைத் துவேஷித்தல் (௩௫)

அமரோலி.

(அ-கை) அமரோலியைக் கூறுகின்றார்.

பித்தோல்பணத்வாத் ப்ரதமாம்புதாராம் விஹாய நிஸ்ஸா-
ரதயாந்த்யதாராம் | நிஷேவ்யதே ஶீதலமத்யதாரா கா-
பாலிகே கண்டமதே(அ)மரோலீ || ||௩௬||

(இ-ள்) பித்தம் மிகுதியாயிருத்தலால் முதல் அமிர்ததாரையையும் சாரமற்றதாயிருத்தலால் கடைசிதாரையையும் விட்டு மத்தியதாரையானது சேவிக்கப்படுகின்றது. கண்டமென்னும் யோகவிசேஷத்தை ஒப்பியிருக்கும் கண்ட மதத்திலுள்ள காபாலிகத்தில் அதாவது கண்டகாபாலிக சம்பிரதாயத்தில் அமரோலி பிரசித்தமாம். எ-று. (௩௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

அமரீம் ய: பிபேந்நித்யம் நஸ்யம் குர்வந் திநே திநே |
வஜ்ரோலீமப்யஸேத்ஸம்யக் ஸாமரோலீதி கத்யதே ||௩௭||

(இ-ள்) அமரி * (சிவாம்பு) என்னும் அமரவாருணியை

* இதுவே திருமந்திரத்தில் அமுரி, சிவநீர் எனும்பெயரால் வழங்கப்பட்டிருக்கின்றது.

எவன் தினமுங் குடிக்கிறானோ, நசியம் செய்து(சுவாசத்தால் அமரியை மூக்கினுட்கொண்டு) தினந்தோறும் முற்கூறிய வஜ்ரோலியை யப்பியசிக்கிறானோ, அது அமரோலியென்று காபாலிகர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

நசிய பூர்வகமாகிய வஜ்ரோலி அமரோலியென்னும் சத்தத்தால் சொல்லப்படுகின்றது என்பதுபொருள். காபாலிகர்களாலென்பது வருவிக்கப்பட்டது. (கூஎ)

(அ-கை) இதுவுமது

அப்யாஸாந்நிஸ்ஸ்ருதாம் சாந்த்ரீம் விபூத்யா ஸஹ மிஶ்ரயேத் ।
தாரயேதுத்தமாங்கேஷு திவ்யத்ருஷ்டி: ப்ரஜாயதே ॥ கூஅ ॥

(இ-ள்) அமரோலியப்பியாசத்தால் வெளிப்பட்ட சந்திராமிர்தத்தை விபூதியோடு சேர்த்து, சிரசு, கபாலம், நேத்திரம், தோள், கண்டம், இருதயம், கை முதலிய உத்தமாங்கங்களில் தரிக்கவேண்டும். அதனால் திவ்விய திருஷ்டி (பூதபவிஷ்ய வர்த்தமான காலங்களில் மறைக்கப்பட்டனவாய்த் தூரத்திலுள்ள பதார்த்தங்களைக் காணத்தக்க திருஷ்டி) மிகுதியாக உண்டாகின்றது. எ-று.

அமரியை அப்பியசிக்குந் தன்மையாகிய விசேஷங்கள் சிவாம்புகற்பமுதலியவற்றால் அறியத்தக்கனவாம். (கூஅ)

(அ-கை) புருஷனது வஜ்ரோலி சாதனத்தைக் கூறி ஸ்திரீயின் சாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

பும்ஸோ பிந்தும் ஸமாகுஞ்ச்ய ஸம்யகப்யாஸபாடவாத் ।
யதி நாரீ ரஜோ ரக்ஷேத்வஜ்ரோல்யா ஸாபி யோகினீ ॥ கூகூ ॥

(இ-ள்) ஸ்திரீயானவள் செவ்வையாய் அப்பியசிக்கும் தே

ர்ச்சியால் புருஷனது வீரியத்தை நன்றாயிழுத்து, இரஜஸை வஜ்ரோலி முத்திரையினால் இரக்ஷிப்பாளாயின், அந்த ஸ்திரீயும் யோகினி (யோகவதி) யாவள். எ-று.

'பும்ஸோ பிந்துஸமாயுக்தம்' புருடனது விந்துவோடு கூடியது' என்னும் பாடத்திலோ இது இரஜத்திற்கு விசேஷணமாம். (௬௬)

(அ-கை) ஸ்திரீகள் செய்யும் வஜ்ரோலியின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

தஸ்யாஃ கிஞ்சித்ரஜோ நாஶம் ந கச்சதி ந ஸம்ஶயஃ ।
தஸ்யாஃ ஶரீரே நாதஶ்ச பிந்துதாமேவ கச்சதி ॥ ௧௦௦ ॥

(இ-ள்) (வஜ்ரோலியப்பியாசசீலமுள்ள) அந்தஸ்திரீயின் சுரோணிதம் அற்பமாயினும் நாசமடை(விழு)கிறதில்லை. இதிற் சந்தேகமில்லை. அந்தஸ்திரீயின் சரீரத்தில் நாதமும் விந்துத்தன்மையை யடைகின்றது (மூலாதாரத்தினின்றும் எழும்பிய நாதம் இருதயத்தின் மேல் விந்துத்தன்மையை யடைகின்றது. அதாவது விந்துவோடு ஐக்கியமாகின்றது என்பதுபொருள்) எ-று.

அமிர்தஸித்தியில் "பீஜம் ச பௌருஷம் ப்ரோக்தம் ரஜஶ்ச ஸ்த்ரீஸமுத்பவம் । அநயோர்பாஹ்யயோகேந ஸ்ருஷ்டிஸ்ஸஞ்ஜாயதே ந்ருணாம் ॥ யதாப்யந்தரயோகஸ்ஸ்யாத்ததா யோகீதி கீயதே । பிந்துஶ்சந்த்ரமயஃ ப்ரோக்தோ ரஜஃ ஸூர்யமயம் ததா ॥ அநயோஸ்ஸங்கமாதேவ ஜாயதே பரமம் பதம் । ஸ்வர்கதோ மோக்ஷதோ பிந்துர்தர்மதோऽதர்மதஸ்ததா ॥ தந்மத்யே தேவதாஸ்ஸர்வாஸ்திஷ்டந்தே ஸூக்ஷ்மரூபதஃ ।" பீஜம் (சுக்கிலம்) புருஷனது எனப்படுகின்றது. இரஜசு ஸ்திரீயினின்று முண்டாகியது. இவ்விரண்டும் வெளியே சேருதலால் நரர்களது சிருஷ்டியுண்டாகின்றது. எப்போது உட்சம்பந்தமுண்டாகின்

றதோ, அப்போது யோகியெனப்படுகின்றான். விந்து சந்திரமயமாகவும் இரஜசு சூரியமயமாகவும் சொல்லப்படுகின்றது. இவ்விரண்டின் சேர்க்கையினாலேயே பரமபதமுண்டாகின்றது. விந்துவானது சுவர்க்கம், மோக்ஷம், தர்மம், அதர்மம் என்பவற்றைத் தருவதாம். அதன்மத்தியில் சகலதேவதைகளும் சூட்சுமவடிவமாக இருக்கின்றார்கள்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (க00)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸ பிந்துஸ்தத்ரஜஶ்சைவ ஏகீபூய ஸ்வதேஹகௌ ।
வஜ்ரோல்யப்யாஸயோகேந ஸர்வஸித்திம் ப்ரயச்சத: ॥

(இ-ள்) அந்தப்புருஷனது விந்துவும் ஸ்திரீயின் சோணிதமும் வஜ்ரோலியப்பியாசத்தால் ஒன்றாகித் தேகத்திலிருந்துகொண்டு சகலஸித்திகளையும் தருகின்றன. எ-று. (க0க)

(அ-கை) இதுவுமது.

ரக்ஷேதாகுஞ்சநாதூர்த்வம் யா ரஜ: ஸா ஹி யோகிநீ ।
அதீதாநாகதம் வேத்தி கேசரீ ச பவேத்த்ருவம் ॥

(இ-ள்) எந்தஸ்திரீயானவள் யோனியைச் சுருக்குதலால் இரஜஸை (சோணிதத்தை) மேற்கொண்டுபோய் இரட்சிக்கிறாளோ, அந்த யோகசாஸ்திரப்பிரசித்தமாகிய யோகினியானவள் சென்றதும் வருவதும் அறிவாள். நிச்சயமாகவே ஆகாயத்தில் சஞ்சரிப்பவளாவள். எ-று. (க0உ)

(அ-கை) இதுவுமது.

தேஹஸித்திம் ச லபதே வஜ்ரோல்யப்யாஸயோகத: ।
அயம் புண்யகரோ யோகோ போகே புக்தேऽபி முக்தித: ॥ ॥க0௩॥

(இ-ள்) வஜ்ரோலியப்பியாசமாகிய யோகத்தால் (ரூபலாவண்ணியம், பலம், வஜ்ரத்தைப்பொடித்தல் என்னும்) தேகசித்தியையடைகிறார்கள். இந்த வஜ்ரோலியப்பியாச யோகம் அதிருஷ்டவிசேஷமாகிய புண்ணியத்தை யுண்டாக்குவதாயும், போகங்களைப் புசித்துக் கொண்டிருக்க மோக்ஷத்தைத்தருவதாயுமிருக்கின்றது. எ-று. (௧௦௩)

(அ-கை) சக்திசாலனத்தைச் சொல்லக்கருதி, அதன் உபோற்காதத்தன்மையால் குண்டலியின் பரியாயங்களையும், அதனால் மோக்ஷத்துவாரத்தைப் பேதித்தல் முதலியவற்றையும் கூறுகின்றார்.

कुटिलाङ्गी कुण्डलिनी भुजङ्गी शक्तिरीश्वरी । कुण्ड-
ल्यरुन्धती चैते शब्दाः पर्यायवाचकाः ॥ ௧௦௪ ॥

(இ-ள்). குடிலாங்கி, குண்டலினி, புஜங்கி, சக்தி, ஈசுவரி, குண்டலி, அருந்ததி என்னும் இவ்வேழும் பரியாயச்சொற்களாம். எ-று. (௧௦௪)

(அ-கை). இதுவுமது.

उद्घाटयेत्कवाटं तु यथा कुञ्चिकया हठात् ।
कुण्डलिन्या तथा योगी मोक्षद्वारं विभेदयेत् ॥

(இ-ள்). எப்படிப் புருஷன் ஹடத்தால் (பலத்தினால்) திறவுகோற்கொண்டு கதவைத் திறக்கிறானோ, அதுபோல யோகியானவன் ஹடத்தால் (ஹடாப்பியாசத்தால்) குண்டலிசக்தியைக்கொண்டு மோக்ஷத்துவார (மோக்ஷத்தையடைவிக்கும் சுழுமுனைமார்க்க)த்தை விசேஷமாகப் பேதிக்கிறான். எ-று.

ஹடத்தாலென்பது (*) தேகலீதீபநியாயத்தால் இரண்டி

---

* தேஹலிதீபநியாயமென்பது தாழ்வாரத்திலுள்ள தீபதிருஷ்டாந்தமென்பதாம். அதாவது தாழ்வாரத்தில் வைக்கப்பட்ட தீபம் உள்ளும் வெளியுமாகிய இரண்டிடத்தையும் விளக்குதல்போல இங்கே மூலத்திலுள்ள ஹடமென்னும்சொல் திறவுகோற்கொண்டு, குண்டலிசக்தியைக்கொண்டு என்னும் இரண்டிடத்தும் சம்பந்திக்கின்றது என்பது பொருள்.

டத்தும்பொருந்தும். "தயோர்த்வமாயந்நம்ருதத்வமேதி - அதனுல் மேற்சென்று ஆமிர்தத்தன்மையை யடைகிறுன்" என்னும் சுருதியால் மோக்ஷத்துவாரத்தைப் பேதிக்கிறுன் எனப்பட்டது.

(அ-கை). இதுவுமது.

யேந மார்கேண கந்தவ்யம் ப்ரஹ்மஸ்தாநம் நிராமயம் |
முகேநாச்சாத்ய தத்த்வாரம் ப்ரஸுப்தா பரமேஶ்வரீ ‖ கoசு ‖

(இ-ள்). நிராமயபிரமஸ்தான (ரோகஜந்நிய துக்கமில்லாத பிரமத்தின் ஆவிர்ப்பாவத்தை யுண்டாக்குமிட)மாகிய பிரமரந்திரம் எந்தச் சுழுமுனைமார்க்கத்தால் அடையப்படுகின்றதோ, அந்த மார்க்கத்தின் துவாரத்தை முகத்தால் மூடிக்கொண்டு பரமேசுவரியென்னும் குண்டலினியானது தூங்குகின்றது. எ-று.

"தஸ்யாஃ ஶிகாயா மத்யே பரமாத்மா வ்யவஸ்திதஃ| அதன் சிகையின் மத்தியில் பரமாத்துமா வீற்றிருக்கின்றுர்" என்னும் சுருதியால் பிரமரந்திரம் பிரமஸ்தானமாம். (கoசு)

(அ-கை). இதுவுமது.

கந்தோர்த்வே குண்டலீ ஶக்தி: ஸுப்தா மோக்ஷாய யோகிநாம் |
பந்தநாய ச மூடாநாம் யஸ்தாம் வேத்தி ஸ யோகவித் ‖ ‖ கoஎ ‖

(இ-ள்) குண்டலிசக்தி, கந்தத்தின் மேற்பாகத்தில் யோகிகளுக்கு மோக்ஷத்தின்பொருட்டும், மூடர்களுக்குப் பந்தத்தின் பொருட்டுமாகத் தூங்குகின்றது. சகலயோகதந்திரங்களுக்கும் குண்டலிசக்தி ஆசிரயமாயிருத்தலால், அக்குண்டலிசக்தியை எவன் அறிகிறுனே, அவன் யோகவித்தாவன். எ-று

யோகிகள் தூங்குமக்குண்டலியை விழிப்பித்தலால் முத்தர்களாகின்றுர்கள். மூடர்கள் அதையறியாமல் பெத்தர்களாயிருக்கிறுர்களென்பது தாற்பரியம். (கoஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

குண்டலீ குடிலாகாரா ஸர்பவத் பரிகீர்த்திதா |
ஸா சக்திச்சாலிதா யேந ஸ முக்தோ நாத்ர ஸம்சய: ||

* குண்டலிசக்தி பாம்பைப்போல குடில (வளைந்த) வடிவமுள்ளதென்று யோகிகளால் சொல்லப்படுகின்றது. அக்குண்டலிசக்தி எவனால் சாலனஞ்செய்ய(மூலாதாரத்தினின்றும் மேலே கொண்டுவர)ப்படுகின்றதோ, அவன் முக்த(அஞ்ஞான பந்தத்தினின்றும் நீங்கியவ)னாகின்றான். இதிற்சமுசயமில்லை. ("தயோர்த்வமாயந்நம்ருதத்வமேதி || அதனால் மேற்சென்று அமிர்தத்தன்மையடைகிறான்" என்னுஞ் சுருதியால்.) கO அ

(அ-கை) இதுவுமது.

கங்காயமுநயோர்மத்யே பாலரண்டாம் தபஸ்விநீம் |
பலாத்காரேண க்ருஹ்ணீயாத் தத்விஷ்ணோ: பரமம் பதம் ||

(இ-ள்) (ஆதார ஆதேயத்தன்மையாக அவற்றைப்பாவித்தலாலாவது, அல்லது கங்கையமுனைகளை அபேதமாகப்பாவித்தலாலாவது) கங்கையமுனை யென்னும் இடைபிங்கலைகளின் மத்தியாகிய சுழுமுனைமார்க்கத்தில்(உண்டியில்லாதிருத்தலால்)தபசுடையவளாகிய பாலரண்டா(இளமையாகிய சிர்கேடுள்ளவள்) என்னும் குண்டலியைப் பலாத்காரமாகக் கிரகிக்கவேண்டும். அது(அதைக் கங்கையமுனைகளின் மத்தியில் கிரகித்தல்) விஷ்ணுவின்(ஹரியின் அல்லது வியாபகமாகிய ஆத்துமாவின்) பரமபதமா(பரமபதத்தையடைவிப்பதா)ம். எ-று. (கOக)

---

* கந்தத்திற்குமேல் குண்டலிசக்தியானது அஷ்டப்பிரகிருதிவடிவாய் எட்டுமுறை குண்டலவடிவமாய்ப் பிரமத்துவாரத்தில் முகத்தை வைத்து மூடிக்கொண்டு தூங்குகிறதென்று சாண்டில்யம் யோகசூடாமணிமுதலிய உபநிஷத்துக்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதை வாசிஷ்டத்தின் சூடாலைகதையில் விரிவாய்க் காணலாம்.

(அ-கை) கங்கையமுனைமுதலிய பதங்களின் அர்த்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

இடா பகவதீ கங்கா பிங்கலா யமுநா நதீ | இடா
பிங்கலயோர்மத்யே பாலரண்டா ச குண்டலீ ||கக0||

(இ-ள்) இடதுசுவாசமாகிய இடது நாடியென்னும் பகவதி(ஐசுவரியமுதலியவற்றோடு கூடியது), கங்கையென்னும் பதத்திற்குப் பொருளாம். வலதுசுவாசமாகிய பிங்கலை, யமுனையென்னும் பதத்திற்குப் பொருளாம். இடைபிங்கலைகளிரண்டிற்கும் மத்தியிலுள்ள குண்டலி, பாலரண்டையென்னும் பதத்திற்குப் பொருளாம். எ-று. (கக0)

(அ-கை) சக்திசாலனத்தைக் கூறுகிறார்.

புச்சே ப்ரக்ருஹ்ய புஜகீம் ஸுப்தாமுத்போதயேச்ச
தாம் | நித்ராம் விஹாய ஸா ஶக்திரூர்த்வமுத்திஷ்டதே ஹ
டாத் || ||ககக||

(இ-ள்) நித்திரைசெய்யும் சர்ப்பமாகிய அக்குண்டலியை வாலைப்பிடித்து எழுப்பவேண்டும். அந்தக் குண்டலிசக்தி நித்திரையைவிட்டு ஹடத்தால் மேலெழும்புகின்றது. எ-று.

இவ்விரகசியம் குருமுகமாக அறியத்தக்கதாம். (ககக)

(அ-கை) இதுவுமது.

அவஸ்திதா சைவ பணாவதீ ஸா ப்ராதஶ்ச ஸாயம் ப்ர
ஹரார்தமாத்ரம் | ப்ரபூர்ய ஸூர்யாத் பரிதாநயுக்த்யா
ப்ரக்ருஹ்ய நித்யம் பரிசாலநீயா || ||ககஉ||

(இ-ள்) மூலாதாரத்திற்பொருந்தியுள்ள பாம்பாகிய அக்குண்டலினி, சூரியனால் பூரித்துப் பரிதானயுக்தியால் கிரகித்து, சூரியாஸ்தமன காலத்திலும் சூரியோதயகாலத்திலும் தினந்தோறும் அரைச்சாமம்(இரண்டுமுகூர்த்தமாத்திரம்) சாலனஞ் செய்யத்தக்கதாம். எ-று.

பரிதானயுக்தி தேசிகரால் அறியத்தக்கது. (கக௨)

(அ-கை) கந்தத்தைச் செவ்வையாகப் பிடித்தலால் சக்திசாலனமுண்டாதலைச் சொல்லக்கருதி, ஆதியில் கந்தத்தின் ஸ்தானத்தையுஞ் சொரூபத்தையும் கூறுகின்றார்.

𑌊𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂 𑌵𑌿𑌤𑌸𑍍𑌤𑌿𑌮𑌾𑌤𑍍𑌰𑌂 𑌤𑍁 𑌵𑌿𑌸𑍍𑌤𑌾𑌰𑌂 𑌚𑌤𑍁𑌰𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑌮𑍍।
𑌮𑍃𑌦𑍁𑌲𑌂 𑌧𑌵𑌲𑌂 𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌂 𑌵𑍇𑌷𑍍𑌟𑌿𑌤𑌾𑌂𑌬𑌰𑌲𑌕𑍍𑌷𑌣𑌮𑍍 ॥

(இ-ள்) கந்தத்தின்சொரூபம், மூலஸ்தானத்திற்கு ஒரு சாண்(பன்னிரண்டங்குலம்)மேலே நாபிக்கும் இலிங்கத்திற்கும் மத்தியில் நான்கங்குலவிஸ்தாரமாய் மிருதுவாயும், வெண்மையாயும், சுற்றப்பட்ட வஸ்திரத்தின் சொரூபத்தைப் போன்ற இலக்ஷணமுள்ளதாயும் யோகிகளாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. எ-று.

நாபி இலிங்கங்களின் மத்தியில் என்றதனால் கந்தத்தின் ஸ்தானம் சொல்லப்பட்டது. அப்படியே கோரக்கசதகத்தில் 𑌊𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂 𑌮𑍇𑌢𑍍𑌰𑌾𑌦𑌧𑍋 𑌨𑌾𑌭𑍇𑌃 𑌕𑌨𑍍𑌦𑌯𑍋𑌨𑌿𑌃 𑌖𑌗𑌾𑌣𑍍𑌡𑌵𑌤𑍍। 𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌨𑌾𑌡𑍍𑌯𑌃 𑌸𑌮𑍁𑌤𑍍𑌪𑌨𑍍𑌨𑌾𑌃 𑌸𑌹𑌸𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌦𑍍𑌵𑌿𑌸𑌪𑍍𑌤𑌤𑌿𑌃॥ இலிங்கத்திற்குமேலும் நாபிக்குக் கீழுமாகிய இடத்தில் பட்சியின் முட்டையைப் போல கந்தயோனியிருக்கின்றது. அதில் எழுபத்தீராயிரம் நாடிகள் உண்டாயிருக்கின்றன" என்றும், யாஞ்ஞவல்கியரால் "𑌗𑍁𑌦𑌾𑌤𑍍𑌤𑍁 𑌦𑍍𑌵𑍍𑌯𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑌾𑌦𑍂𑌰𑍍𑌧𑍍𑌵𑌂 𑌮𑍇𑌢𑍍𑌰𑌾𑌤𑍍𑌤𑍁 𑌦𑍍𑌵𑍍𑌯𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑌾𑌦𑌧𑌃। 𑌦𑍇𑌹𑌮𑌧𑍍𑌯𑌂 𑌤𑌨𑍋𑌰𑍍𑌮𑌧𑍍𑌯𑌂 𑌮𑌨𑍁𑌷𑍍𑌯𑌾𑌣𑌾𑌮𑌿𑌤𑍀𑌰𑌿𑌤𑌮𑍍॥ 𑌕𑌨𑍍𑌦𑌸𑍍𑌥𑌾𑌨𑌂 𑌮𑌨𑍁𑌷𑍍𑌯𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌦𑍇𑌹𑌮𑌧𑍍𑌯𑌾𑌨𑍍𑌨𑌵𑌾𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑌮𑍍। 𑌚𑌤𑍁𑌰𑌙𑍍𑌗𑍁𑌲𑌵𑌿𑌸𑍍𑌤𑌾𑌰𑌮𑌾𑌯𑌾𑌮𑌂 𑌚 𑌤𑌥𑌾𑌵𑌿𑌧𑌮𑍍॥ 𑌅𑌣𑍍𑌡𑌾𑌕𑍃𑌤𑌿𑌵𑌦𑌾𑌕𑌾𑌰𑌂 𑌭𑍂𑌷𑌿𑌤𑌂 𑌚 𑌤𑍍𑌵𑌗𑌾𑌦𑌿𑌭𑌿𑌃। 𑌚𑌤𑍁𑌷𑍍𑌪𑌦𑌾𑌂 𑌤𑌿𑌰𑌶𑍍𑌚𑌾𑌂 𑌚 𑌦𑍍𑌵𑌿𑌜𑌾𑌨𑌾𑌂 𑌤𑍁𑌨𑍍𑌦𑌮𑌧𑍍𑌯𑌮𑌮𑍍॥ * குதத்திற்கு இரண்டங்குலம்மேலும் இலிங்கத்தி

* இப்படியே கந்தத்தின் இலக்ஷணம் வராகம், திரிசிகி, யோகசூடாமணி, தியானபிந்து, தரிசனம், சாண்டில்யமுதலிய வுபநிஷத்துக்களிலும் சூதசங்கிதை, சித்தாந்தசாராவளிமுதலிய மற்றச்சாஸ்திரங்களிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

ற்கு இரண்டங்குலம் கீழுமாகிய தேகத்தின் மத்தியானது சரீர நடுவாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கந்தஸ்தானம், மனிதர்களுக்குத் தேகமத்திய(மூலாதார)த்தினின்றும் ஒன்பதங்குலம் மேல், நான்கு அங்குலமகலமுநீளமு முள்ளதாய், முட்டைபோன்ற வடிவுடையதாய்த் துவக்கு(தோல்)முதலியவற்றால் அலங்கரிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. நாற்காலிகளுக்குந் திரியக்குகளுக்கும் பட்சிகளுக்கும் வயிற்றின் நடுவிலிருக்கும்'' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. குதத்திற்கிரண்டங்குலத்திற்கு மேல் தேகமத்தியபாகம், ஒரு அங்குலம். அதிலிருந்து ஒன்பதங்குலம் கந்தஸ்தானமாம். ஆகப்பன்னிரண்டங்குலப் பிரமாணம். அதாவது ஒருசாண்மாத்திரமாயிற்று. விஸ்தாரமென்பது உயரத்திற்கும் உபலக்ஷணமாம். (ககங)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌸𑍍𑌥𑌿𑌤𑍇 𑌵𑌜𑍍𑌰𑌾𑌸𑌨𑍇 𑌪𑌾𑌦𑍌 𑌕𑌰𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌂 𑌧𑌾𑌰𑌯𑍇𑌦𑍍𑌦𑍃𑌢𑌮𑍍 ।
𑌗𑍁𑌲𑍍𑌫𑌦𑍇𑌶𑌸𑌮𑍀𑌪𑍇 𑌚 𑌕𑌨𑍍𑌦𑌂 𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌪𑍍𑌰𑌪𑍀𑌡𑌯𑍇𑌤𑍍 ॥ககச॥

(இ-ள்) வஜ்ராசனம் சேர்த்து இரண்டுகைகளாலும் காற்பாடுகளுக்குச் சமீபத்தில் அதாவது கொஞ்சம் மேல் இரண்டு பாதங்களையும் திடமாய்ப்பிடித்து, அவ்விரண்டு பாதங்களாலும் அந்தக்கந்தஸ்தானத்திலுள்ள கந்தத்தைச் செவ்வையாய்ப் பிடிக்கவேண்டும். (காற்பாட்டிற்குமேல் இரண்டுகைகளாலும் இரண்டுபாதங்களையும் பிடித்து நாபியின் கீழ்ப்பாகத்திலுள்ள கந்தத்தைப் பிடிக்கவேண்டுமென்பது பொருள்.) எ-று. (ககச)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌵𑌜𑍍𑌰𑌾𑌸𑌨𑍇 𑌸𑍍𑌥𑌿𑌤𑍋 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌚𑌾𑌲𑌯𑌿𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌚 𑌕𑍁𑌣𑍍𑌡𑌲𑍀𑌮𑍍 ।
𑌕𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾𑌦𑌨𑌨𑍍𑌤𑌰𑌂 𑌭𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌂 𑌕𑍁𑌣𑍍𑌡𑌲𑍀𑌮𑌾𑌶𑍁 𑌬𑍋𑌧𑌯𑍇𑌤𑍍 ॥

(இ-ள்) வஜ்ராசனத்திலிருக்கும்யோகி குண்டலியைச் சாலனஞ்செய்து (சக்திசாலன முத்திரையைச்செய்து), அதன்

பின் (சக்திசாலனஞ்செய்தபின்) பஸ்திரையென்னும் கும்பகஞ்செய்யவேண்டும். இப்படிக் குண்டலிசக்தியைச் சீக்கிரம் விழிப்பிக்கவேண்டும். எ-று.

வஜ்ஜிராசனம் சக்திசாலனத்திற்கு முன் விதிக்கப்பட்டிருக்கினும் மறுபடியும் அதனையே கூறுதல், சக்திசாலனத்திற்குப் பின் பஸ்திரையில் வஜ்ஜிராசனமே செய்யவேண்டும் என்னும் நியமத்தின் பொருட்டாம். (கக௫)

(அ-கை) இதுவுமது.

भानोराकुञ्चनं कुर्यात्कुण्डलीं चालयेत्ततः ।
मृत्युवक्त्रगतस्यापि तस्य मृत्युभयं कुतः ॥ ‖ கக௬ ‖

(இ-ள்) நாபிதேசத்திலுள்ள சூரியனை யிழுத்தல் செய்யவேண்டும். அதாவது நாபியை இழுத்தலினாலேயே சூரியனையிழுத்தலுண்டாகின்றது. அதனால் (சூரியனை இழுத்தலால்) குண்டலிசக்தியைச் சாலனஞ்செய்யவேண்டும். இப்படிச்செய்பவன் காலன்வாயில் அகப்பட்டவனாயினும் அவனுக்குக் காலபயமேது? எவ்விதத்தினாலுமில்லை. எ-று. (கக௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

मुहूर्तद्वयपर्यन्तं निर्भयं चालनादसौ ।
ऊर्ध्वमाकृष्यते किंचित्सुषुम्णायां समुद्गता ॥

(இ-ள்) இரண்டு முகூர்த்தம் வரையில் (நான்கு கடிகை வரையில்) சங்கையில்லாமல் (நிர்ப்பயமாய்ச்) சாலனஞ் செய்தலால், இந்தச் சக்தி சுழுமுனையில் பொருந்தியதாய்க் கொஞ்சம் மேலே இழுக்கப்படுகின்றது. எ-று. (கக௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

तेन कुण्डलिनी तस्याः सुषुम्णाया मुखं ध्रुवम् ।
जहाति तस्मात्प्राणोऽयं सुषुम्णां व्रजति स्वतः ॥ ‖ கக௮ ‖

(இ-ள்) அதனால் (மேலெழுத்தலால்) குண்டலி, அந்தப் பிரசித்தமாகிய சுழுமுனையின் முகத்தை (பிரவேசமார்க்கத்தை) நிச்சயமாக விடுகின்றது. அதனால் (மார்க்கத்தை விடுதலால்) அந்தப் பிராணவாயு தானே சுழுமுனையை யடைகின்றது. எ-று.

குண்டலினி சுழுமுனைமுகத்தினின்றும் முன்னமே விலகியிருந்தலால் பிராணன் சுழிமுனையை யடைகின்றதென்பது தாற்பரியம். (௧௧௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

தஸ்மாத் ஸஞ்சாலயேந்நித்யம் ஸுகஸுப்தாமருந்ததீம் |
தஸ்யா: ஸஞ்சாலநேநைவ யோகீ ரோகை: ப்ரமுச்யதே || ௧௧௯ ||

(இ-ள்) (ஏதனால் சக்திசாலனத்தால் பிராணன் சுழுமுனையை யடைகின்றதோ) அதனால் சுகமாய்த் தூங்கும் அருந்ததியென்னும் சக்தியைத் தினந்தோறும் செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்யவேண்டும். அந்தச் சக்தியைச் செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்தலினாலேயே யோகி, காசம்சுவாசம்சுரமுதலிய ரோகங்களினின்றும் விடுபடுகிறான். எ-று. (௧௧௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

யேந ஸஞ்சாலிதா ஶக்தி: ஸ யோகீ ஸித்திபாஜநம் ||
கிமத்ர பஹுநோக்தேந காலம் ஜயதி லீலயா || ௧௨௰ ||

(இ-ள்) எந்த யோகியால் குண்டலிசக்தி செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்யப்பட்டதோ, அந்த யோகி அணிமாதிசித்திகளுக்குப் பாத்திரனாகிறான். இதில் அதிகமாய்ச் சொல்லுவதினாலென்? ஒன்றுமில்லை. காலனை விளையாட்டாகவே (அநாயாசமாகவே) ஜயிக்கிறான். எ-று. (௧௨௰)

(அ-கை) இதுவுமது.

ப்ரஹ்மசர்யரதஸ்யைவ நித்யம் ஹிதமிதாஶிந: |

மண்டலாத்³ த்³ருʼஶ்யதே ஸித்³தி⁴: குண்ட³ல்யப்⁴யாஸயோகி³ந: ॥

(இ-ள்) சுரோத்திரமுதலியவற்றோடு உபஸ்தேந்திரியத்தையும் அடக்குதலில் தற்பரனும், ஹிதமும் (பத்தியமும்) மிதமு (நான்காவது பாகம் நீங்கியது) மான போஜனமுள்ளவனுமாகிய குண்டலியப்பியாச (சக்திசாலனப்பியாச) முடைய யோகிக்கு ஒருமண்டல (நாற்பது தின) த்திற்குமேல் பிராணயாம சித்தி காணப்படுகின்றது. எ-று.

“நாபேர்த³க்ஷிணமார்க³வாஹிபவநாத் ப்ராணோ(அ)தி தீ³ர்கீ⁴க்ருʼதஸ்தாலூர்த்⁴வஸ்த²ஶஶிப்ரபா⁴ப்லுதஸுதா⁴ காயாத்மக: । தேநாகாலவிஶாலவஹ்நிவஶதாம் ஹித்வா ப்³ரஹ்மரந்த்⁴ரம் க³தம் காயம் சா²த்³யமாநம் நவதா⁴ ப்ராக்³வத் தருமூலம் ச்சி²த்³யதே ॥ நாபியின் வலதுமார்க்கமாகச் செல்லும் வாயுவால் பிராணன் மிக நீட்டப்பட்டதாகின்றது. சரீரம் உண்ணாக்கிற்குமேலுள்ள சந்திரப்பிரபையினால் பூரிக்கப்பட்ட அமிர்தத்தையுடையதாகின்றது. அதனால் காலனது விசாலமாகிய அக்கினியின் வசமாயிருப்பதைச் சேதித்து, அச்சரீரத்தைப் பிரமாந்திர நாடியிலுள்ளதாகச் செய்து மறுபடியும் ஒன்பதுதரம் அடிமரத்தைப்போல் நிச்சயமாகவே சேதிக்கப்படுகின்றது” ()

(அ-கை) இதுவுமது.

குண்ட³லீம் சாலயித்வா து ப⁴ஸ்த்ராம் குர்யாத்³ விஶேஷத: । ஏவமப்⁴யஸ்யதோ நித்யம் யமிநோ யமபீ⁴: குத: ॥

(இ-ள்) குண்டலியைச் சாலனம் செய்து, அதன்பின் பஸ்திரையென்னும் கும்பகத்தை விசேஷமாகச் செய்யவேண்டும். இப்படித் தினந்தோறும் அப்பியாசித்தால் யோகிகளுக்கு இயமபயமேது? (யோகிகளுக்குத் தேகநீக்கம் சுவாதீனமாயிருத்தலால், ஒரு விதத்தாலும் பயமில்லையென்பது தாற்பரியம்.) எ-று. (க௨௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌦𑍍𑌵𑌾𑌸𑌪𑍍𑌤𑌤𑌿𑌸𑌹𑌸𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌨𑌾𑌡𑍀𑌨𑌾𑌂 𑌮𑌲𑌶𑍋𑌧𑌨𑍇 ।
𑌕𑍁𑌤𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌕𑍍𑌷𑌾𑌲𑌨𑍋𑌪𑌾𑌯𑌃 𑌕𑍁𑌣𑍍𑌡𑌲𑍍𑌯𑌭𑍍𑌯𑌸𑌨𑌾𑌦𑍃𑌤𑍇 ॥

(இ-ள்) எழுபத்தீராயிரம் நாடிகளின் மலத்தைச் சோதிக்க வேண்டுமாயின், அதற்குச் சக்திசாலனமாகிய குண்டலியப்பியாசமின்றி வேறு சுத்திசெய்யு முபாயமேது? (வேறு உபாயமில்லை. சக்திசாலனத்தினாலேயே சகல நாடிகளுக்கும் மலசுத்தியுண்டாகின்றதென்பது கருத்து.) எ-று. (௧௨௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌇𑌯𑌂 𑌤𑍁 𑌮𑌧𑍍𑌯𑌮𑌾 𑌨𑌾𑌡𑍀 𑌦𑍃𑌢𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑍇𑌨 𑌯𑍋𑌗𑌿𑌨𑌾𑌂 ।
𑌆𑌸𑌨𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌸𑌂𑌯𑌾𑌮𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌭𑌿𑌃 𑌸𑌰𑌲𑌾 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 ॥

(இ-ள்) இந்த மத்திமை நாடியாகிய சுழுமுனையானது யோகிகளுக்குத் திடாப்பியாசத்தாலும், சுவஸ்திகாதி ஆசனங்களாலும், பிராணாயாமத்தாலும் மகாமுத்திரைமுதலிய முத்திரைகளாலும் சரளமுடையதாகின்றது. எ-று. (௧௨௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌅𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑍇 𑌤𑍁 𑌵𑌿𑌨𑌿𑌦𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌮𑌨𑍋 𑌧𑍃𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌨𑌾 ।
𑌰𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌣𑍀 𑌵𑌾 𑌪𑌰𑌾 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌭𑌦𑍍𑌰𑌾𑌂 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌯𑌚𑍍𑌛𑌤𑌿 ॥ ॥ ௧௨௫ ॥

(இ-ள்) சமாதியினால் அந்நியவிருத்தி நிரோதவடிவமாகிய ஏகாக்கிரத்தன்மையால் மனதை (அந்தக்கரணத்தை) தாரணைசெய்து, அப்பியாசத்தி (மனதை நிலைப்பிக்கும் முயற்சியி)ல் நித்திரையில்லாதவர்களுக்குச் சாம்பவிமுத்திரையாவது, அல்லது அந்நியமாகிய உன்மனிமுதலிய முத்திரைகளாவது பத்திரையாகிய (சுபமுள்ள)யோகசித்தியைத் தருகின்றன. எ-று.

இதனால் ஹடயோகத்திற்கு உபகாரமான இராஜயோகம்

சொல்லப்பட்டது. இங்கே நித்திரையென்னுஞ் சொல் ஆலசியத்திற்கு உபலக்ஷணமாம். (௧௨௫)

(அ-கை) இராஜயோகமில்லாவிடின், ஆசனமுதலியவை வியர்த்தமாமென்பதை ஔபசாரிகச் சிலேடையாகக் கூறுகின்றார்.

ராஜயோகம் விநா ப்ருத்வீ ராஜயோகம் விநா நிஶா |
ராஜயோகம் விநா முத்ரா விசித்ராபி ந ஶோபதே ||

(இ-ள்) இராஜயோகமின்றிப் பிருதிவியென்னு மாசனமும், இராஜயோகமின்றி நிசாவென்னுங் கும்பகமும், இராஜயோகமின்றி மகாமுத்திரைமுதலிய முத்திரைகளும் வெவ்வேறுவிதமுள்ளனவாயினும், அல்லது விலக்ஷணமுடையனவாயினும் சோபிக்கமாட்டா. வேறுபக்ஷத்தில், (அரசனின்றிப் பூமியில் பற்பல உபத்திரவம் சம்பவித்தலால்) இராஜாவாகிய அரசனது சம்பந்தமின்றிப் பூமி இரத்தினமுதலியவற்றை விளைவித்தலால் விலக்ஷணமுடையதாயினும் சோபிக்காது. [‘ஸோமோ஽ஸ்மாகம் ப்ராஹ்மணாநாம் ராஜா—சோமன் (சந்திரன்) பிராமணர்களாகிய எங்களுக்கு இராஜா’ வென்னும் சுருதியால்,] இராஜாவாகிய சந்திரனது சம்பந்தமின்றி, நிசி (இராத்திரி) அநேக நக்ஷத்திரமுதலியவற்றால் விசித்திரமுடையதாயினும் சோபிக்காது. இராஜனாகிய அரசனது சம்பந்தமின்றி இராஜர்களால் பத்திரங்களில் செய்யப்படும் குறிவிசேஷமாகிய முத்திரை இரேகைமுதலிய விசித்திரமுடையதாயினும் சோபிக்காது. எ-று.

அந்நிய விருத்திகளின் நிரோதபூர்வமாக ஆத்துமாவைக் கோசரிக்கின்ற தாரையாகச்செல்லும் நிருவிகற்பகவிருத்தி, அல்லது ‘ஹடயோகமின்றி இராஜயோகஞ்சித்தியா, தென்னுமிடத்துக் குறிப்பிக்கப்பட்ட அதன் சாதனாப்பியாசம், இராஜயோகமாம். பிருதிவி ஸ்திரத்தன்மையாகிய குணமுடையதாயிருத்தலால், பிருதிவிசத்தத்தால் ஆசனம் குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. இ

ராஜயோகமின்றிப் பரமபுருஷார்த்தபலம் சித்தியாமையால் என்னும் ஏது, மேலும் பொருத்திக்கொள்ளத்தக்கது. நிசியில் பெரும்பாலும் இராஜர்களின் சஞ்சாரமில்லாமையால், நிசாவென்னுஞ்சொல்லினால் பிராணசஞ்சாரமில்லாமையை இலக்ஷணமாகவுடைய கும்பகம் குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. (கஉசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஶாஸ்த்ரோக்தவிதிம்ஸர்வம் ப்ரயத்நேந ஸமப்யஸேத் |
அந்யதா நைவ கர்தவ்யா ப்ரவ்ருத்திர்புத்திமத்வரை: ||கஉஎ||

(இ-ள்) வாயுவின் (கும்பகமுத்திரைவிதானமாகிய) சகல விதிகளையும் மனதோடு செவ்வையாக அப்பியசிக்கவேண்டும். புத்திமான்கள் வாயுவின் விதிக்கு அந்நியமாகிய விஷயத்தில் மனோவிருத்தியைச் செலுத்தலாகாது. எ-று. (கஉஎ)

(அ-கை) முத்திரையை முடிக்கின்றார்.

இதி முத்ரா தஶ ப்ரோக்தா ஆதிநாதேந ஶம்புநா |
ஏகைகா தாஸு யமிநாம் மஹாஸித்திப்ரதாயிநீ ||கஉஅ

(இ-ள்) ஆதிநாதனென்னும் சர்வேசுவரனாகிய சம்புவால் முற்கூறியவண்ணம் பத்துமுத்திரைகளும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் ஒவ்வொரு முத்திரையும் யோகிகளுக்கு மகாசித்தியையாவது அல்லது அணிமாதிகளையாவது தருவதாம். (கஉஅ)

(அ-கை) முத்திரையை யுபதேசிக்கும் குருவைத்துதிக்கின்றார்.

உபதேஶம் ஹி முத்ராணாம் யோ தத்தே ஸாம்ப்ரதாயிகம் |
ஸ ஏவ ஶ்ரீகுரு: ஸ்வாமீ ஸாக்ஷாதீஶ்வர ஏவ ஸ: ||

(இ-ள்) எவர் யோகிகளின் குருபரம்பரையாகிய சம்பிரதாயத்தால் வந்த சாம்பிரதாயிகமாகிய மகாமுத்திரைமுதலியவற்றின் உபதேசத்தைத் தருகிறாரோ, அவரே ஸ்ரீகுரு (சகலகுரு

க்களுக்கும் சிரேஷ்டமானவர்); அவரேபிரபு; அவரே * சாக்ஷாத் (பிரத்தியக்ஷ) ஈசுவரன் அதாவது அவரே ஈசுவராயினர். எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

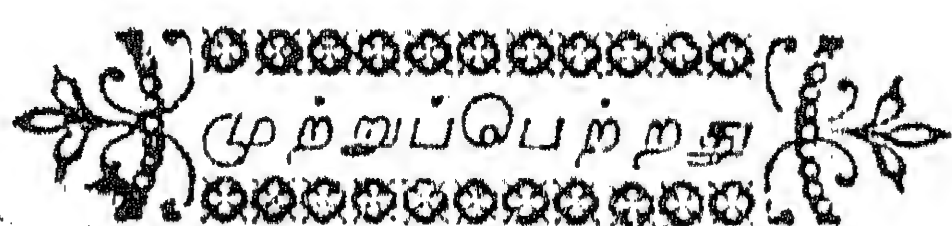
தஸ்யவாக்யபரோ பூத்வா முத்ராப்யாஸஸமாஹித: | அணிமாதிகுணைஸ்ஸார்த்தம் லபதே காலவஞ்சனம் || ௧௩0 ||

(இ-ள்) அவரது (முத்திரைகளை யுபதேசிக்குங் குருவினது) வாக்கியத்தில் (ஆசனகும்பகமுதலிய அநுஷ்டான விஷயத்தையும், யுக்தஆகார விகார சேஷ்டைமுதலிய விஷயங்களையும் கூறும் வசனத்தில்) ஆதரவுடையவனாய் முத்திராப்பியாசத்தில் சாவதானமுள்ள புருஷன் அணிமாதிசித்திகளோடு காலனை வஞ்சித்தலையு மடைகிறான். எ-று. (௧௩0)

---

* குருவே ஈசுவரனென்பது "குருவே பிரமா; குருவே விஷ்ணு; குருவே தேவனாகிய சதாசிவன்; குருவைவிட மேலானதொன்று மூன்றுலகத்தினுமில்லை. திவ்வியஞானத்தை யுபதேசிக்கும் தேசிகராகிய பரமேசுவரனை மேலான பக்தியோடு பூஜிக்கவேண்டும். அவனுக்கு (அப்படிப் பூஜிக்கின்றவனுக்கு) ஞானமாகிய பலமுண்டாம். எப்படிக் குருவோ அப்படியே ஈசுவரன்; எப்படி ஈசுவரனோ அப்படியே குரு; இவ்விருவருக்கும் பேதமில்லை. ஆகையால் குருவானவர் மகாபக்தியோடு பூஜிக்கத்தக்கவராவர். குருவோடு ஓரிடத்தும் அத்வைதவாதஞ் செய்யலாகாது. குரு தெய்வம் ஆத்மா என்பவற்றின் அத்வைதம் பக்தியால் பாவிக்கவேண்டும்" என்று யோகசிகோபநிஷத்தின் ஐந்தாவது அத்தியாயத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

மூன்றும் உபதேசம்.



உ

ஸ்ரீ கணேசாயநம:

நான்காம் உபதேசம்.

மங்கலாசரணம்.

(அ-கை) முதலாவது இரண்டாவது மூன்றாவதுபதேசங்களிற் சொல்லப்பட்ட ஆசனம் கும்பகம் முத்திரையென்பவற்றின் பலமாகிய இராஜயோகத்தைச் சொல்லக்கருதிய சுவாத்துமாராமர், சிரேயசுள்ளவைகள் வெகுவிக்கினமுடையனவாமென்னும் நியாயத்தால், விக்கினம் மிகுதியாகச் சம்பவித்தலால் அதன் நிவர்த்தியின்பொருட்டுச் சிவனுக்கபின்னமாகிய குருநமஸ்காரவடிவமாகிய மங்கலத்தை ஆசரிக்கின்றார்.

நம: ஶிவாய குரவே நாதவிந்துகலாத்மநே ।
நிரஞ்ஜநபதம் யாதி நித்யம் யத்ர பராயண: ॥ ॥௧॥

(இ-ள்) சிவமா(சுகவடிவா)கிய அல்லது ஈசுவராபின்னமாகிய குருவிற்கு அல்லது சர்வாந்தரியாமித் தன்மையால் சகலஜகத்திற்கும் உபதேசிக்கும் சிவமென்னும் ஈசுவரனாகிய நாதபிந்துகலாசொரூபமாகிய குருவிற்கு நமஸ்காரம். அவரி(நாதவிந்துகலாத்துமவடிவாகிய சிவமென்னும் குருவினி)டத்து ப்பிரீதியினாலும் கவனமுள்ள புருஷன் நிரஞ்சன(அஞ்சனமென்னும் மாயோபாதியில்லாத)பதமாகிய பிரமத்தையடைகிறான். எ-று.

குரு ஈசுராபின்னர் என்பது "நமஸ்தே நாத பகவந் ஶிவாய குருரூபிணே ॥ சிவமென்னும் குருவடிவாகிய பகவானே! நாதனே! உமக்கு நமஸ்காரம்" என்பதிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரன் குருவென்பது பாதஞ்சலசூத்திரத்தில் "ஸ ஏஷ பூர்வேஷாமபி குரு: காலேநாநவ

ஹேதுகள் ॥ அந்த (ஈசுவரனாகிய) இவர் காலத்தினால் அவச்சேத
மாகா (கண்டிக்கப்படா) மையின் முன்சிருஷ்டிகளிலிருந்தவர் (பிர
மவிஷ்ணுமகேசுவரர்) களுக்கும் குரு' வென்றுசொல்லப்பட்
டிருக்கின்றது. நாதமென்பது வெண்கலமணியடித்தபின் கணீ
ரென்றுண்டாகும் பொதுச்சத்தம்போன்ற தொடர்ச்சியாகிய ச
த்தமாம். விந்துவாவது அநுஸ்வாரத் (ம்.என்ப)திற்குப் பி
ன் உண்டாகும் துவனி. கலையாவது நாதத்தின் ஏகதேசம். நா
தபிந்துகலாத்துமவடிவாகிய சிவமென்னும் குருவினிடத்து எ
ன்பதனால் நாதாநுசந்தான முடையவனெனப்பட்டது. பூர்வ
பாதத்தால் குருவிற்கும் சிவனுக்கும் அபேதம் குறிப்பிக்கப்ப
ட்டது. (௧)

சமாதிக்கிரமம்.

(அ-கை) சமாதிக்கிரமத்தைப்பிரதிஞ்ஞைசெய்கின்றார்.

𑌅𑌥𑍇𑌦𑌾𑌨𑍀𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌵𑌕𑍍𑌷𑍍𑌯𑌾𑌮𑌿 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌕𑍍𑌰𑌮𑌮𑍁𑌤𑍍𑌤𑌮𑌂 । 𑌮𑍃
𑌤𑍍𑌯𑍁𑌘𑍍𑌨𑌂 𑌚 𑌸𑍁𑌖𑍋𑌪𑌾𑌯𑌂 𑌬𑍍𑌰𑌹𑍍𑌮𑌾𑌨𑌨𑍍𑌦𑌕𑌰𑌂 𑌪𑌰𑌂 ॥௨॥

(இ-ள்) இனி(ஆசனகும்பக முத்திரைகளைச் சொன்னபி
ன்)இப்போது உத்தமமும், மிருத்தியுவைக் கெடுப்பதும், சு
கோபாயமும், பரப்பிரமாநந்தத்தைத் தருவதுமாகிய பிரத்தியா
காராதிரூப சமாதிக்கிரமத்தை நன்றாய்ப் பிரித்துக் கூறுகின்றே
ன். எ-று.

ஸ்ரீ ஆதிநாதரால் சொல்லப்பட்ட கோடிசமாதிக்கிரமங்க
ளில் உத்கிருஷ்டமானதென்பார், உத்தமமென்றார். சுவேச்சை
யாகத் தேகத்தை விடுந்தன்மையைத் தருவதென்பார், மிருத்தி
யுவைக் கெடுப்பதென்றார். தத்துவஞானமனோநாசவாச
னக்ஷயங்களால் ஜீவன்முத்தி சுகத்தையடைதற்குச் சாதனமா
மென்பார், சுகோபாயமென்றார். பிராரப்தகர்மம் க்ஷயமாகுங்
கால் ஜீவப்பிரமங்களின் அபேதத்தால் அத்தியந்தபிரமாநந்தப்
பிராப்தியாகிய விதேகமுத்தியைத் தருவதென்பார், பரப்பிரமா
நந்தத்தைத் தருவதென்றார். அதில் சாந்த கோடமென்று

ம் சித்தத்தின் சகலவிருத்திகளும் சம்ஸ்காரத்துடன் சமாதியினால் நிரோதமாகுங்கால், "ஜீவந்நேவ ஹி வித்வாந் ஹர்ஷசோகாப்யாம் விமுச்யதே ‖ வித்துவான் இங்கே ஜீவனோடிருந்துகொண்டே ஹர்ஷசோக(சுகதுக்க)ங்களினின்றும் விடுபடுகிறான்" என்னும் சுருதியிற்கூறிய நிர்விகாரசொரூபத்தில் நிலைக்கும் வடிவினதாகிய ஜீவன்முக்தியுண்டாகின்றது.

பரமுக்தியோ கிடைத்த யோகத்தினந்தத்தில் அந்தக்கரணகுணங்களின் பிரளயத்தால் ஔபாதிகரூப அத்தியந்தநிவர்த்தியில், அத்தியந்தசொரூபாவஸ்தானமா(சொரூபநிலையா)கிய பிரளயத்தால் சித்திக்கின்றது. எழுச்சியை (விழித்தலை)நிரோதிக்கும் சமாதிசம்ஸ்காரங்கள் மனதில் இலயமாகின்றன. மனம் அஸ்மிதையிலும், அஸ்மிதை மஹத்திலும், மஹத்து பிரதானத்திலுமாக இவ்வாறு சித்தகுணங்களின் பிரதிசர்க்கம்(தமதுகாரணத்திலொடுங்குதல்) உண்டாகின்றது.

அப்படியானால் ஜீவன்முக்தனுக்கு விழித்தகாலத்து 'நான் பிராமணன்' 'நான்மனிதன்' என்னும் வியவகாரம் காணப்படுதலால், சித்தமுதலியவற்றால் ஔபாதிகத்தன்மையுண்டாதலால், புளியால் பாலிற்கு நழுவுதல் உண்டாதல்போல சொரூபத்திற்கு நழுவுதலுண்டாமெனின், அப்படியல்ல; சம்பிரஞ்ஞாதசமாதியி லநுபவிக்கப்பட்ட ஆத்துமசம்ஸ்காரம் தாத்துவிக(யதார்த்த)மாமென்னும் நிச்சயமிருத்தலாலும், அதாத்துவிகமாகிய அந்நியதாபாவம் (வேற்றுத்தன்மை) அவிகாரித்துவ அப்பிரயோஜகமாயிருத்தலாலும், புளியால் பால் தயிராதல் தாத்துவிகமாமென்னும் திருஷ்டாந்தம் வேறுபடுதலாலும், புருஷனுக்கு அந்தக்கரண உபாதியையுடைய நான் பிராமணன் என்னும் வியவகாரம் ஸ்படிகத்திற்குச் செவ்வரத்தம்பூவின் சந்நிதானமாகிய உபாதிவடிவம்போல தாத்துவிகமன்று. செவ்வரத்தம்பூ நீங்கியகாலத்து ஸ்படிகத்திற்குச் சுவரூபஸ்திதி நழுவாதிருத்தல்போல புருஷனுக்கு அந்தக்கரணத்தின் சகலவிருத்திகளும் நிரோதமாகியகாலத்துச் சொரூபநிலை நழுவாமலேயிருக்கும். (௨)

(அ-கை) சமாதியின் பரியாயங்களை விசேஷமாகக் கூறுகின்றார்.

𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌃 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌶𑍍𑌚 𑌉𑌨𑍍𑌮𑌨𑍀 𑌚 𑌮𑌨𑍋𑌨𑍍𑌮𑌨𑍀 । 𑌅𑌮𑌰
𑌤𑍍𑌵𑌂 𑌲𑌯𑌸𑍍𑌤𑌤𑍍𑌤𑍍𑌵𑌂 𑌶𑍂𑌨𑍍𑌯𑌾𑌶𑍂𑌨𑍍𑌯𑌂 𑌪𑌰𑌂𑌪𑌦𑌮𑍍 ॥ ॥௩॥

𑌅𑌮𑌨𑌸𑍍𑌕𑌂 𑌤𑌥𑌾𑌦𑍍𑌵𑍈𑌤𑌂 𑌨𑌿𑌰𑌾𑌲𑌮𑍍𑌬𑌂 𑌨𑌿𑌰𑌞𑍍𑌜𑌨𑌮𑍍 । 𑌜𑍀
𑌵𑌨𑍍𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑌿𑌶𑍍𑌚 𑌸𑌹𑌜𑌾 𑌤𑍁𑌰𑍍𑌯𑌾 𑌚𑍇𑌤𑍍𑌯𑍇𑌕𑌵𑌾𑌚𑌕𑌾𑌃 ॥௪॥

(இ-ள்) இராஜயோகம், சமாதி, உன்மனி, மனோன்மனி, அமரத்துவம், இலயம், தத்துவம், சூனியாசூனியம், பரமபதம், அமனஸ்கம், அத்துவைதம், நிராலம்பம், நிரஞ்சனம், ஜீவன்முக்தி, சகஜம், துரியமெனுமிவை ஒருபொருட்கிளவிகளாம். எ-று

(அ-கை) மூன்று சுலோகங்களால் சமாதியைக் கூறுகின்றார்.

𑌸𑌲𑌿𑌲𑍇 𑌸𑍈𑌨𑍍𑌧𑌵𑌂 𑌯𑌦𑍍𑌵𑌤𑍍 𑌸𑌾𑌮𑍍𑌯𑌂 𑌭𑌜𑌤𑌿 𑌯𑍋𑌗𑌤𑌃 । 𑌤
𑌥𑌾𑌤𑍍𑌮𑌮𑌨𑌸𑍋𑌰𑍈𑌕𑍍𑌯𑌂 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌰𑌭𑌿𑌧𑍀𑌯𑌤𑍇 ॥ ॥௫॥

𑌯𑌦𑌾 𑌸𑌂𑌕𑍍𑌷𑍀𑌯𑌤𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑍋 𑌮𑌾𑌨𑌸𑌂 𑌚 𑌪𑍍𑌰𑌲𑍀𑌯𑌤𑍇 ।
𑌤𑌦𑌾 𑌸𑌮𑌰𑌸𑌤𑍍𑌵𑌂 𑌚 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌰𑌭𑌿𑌧𑍀𑌯𑌤𑍇 ॥ ॥௬॥

𑌤𑌤𑍍𑌸𑌮𑌂 𑌚 𑌦𑍍𑌵𑌯𑍋𑌰𑍈𑌕𑍍𑌯𑌂 𑌜𑍀𑌵𑌾𑌤𑍍𑌮𑌪𑌰𑌮𑌾𑌤𑍍𑌮𑌨𑍋𑌃 ।
𑌪𑍍𑌰𑌨𑌷𑍍𑌟𑌸𑌰𑍍𑌵𑌸𑌂𑌕𑌲𑍍𑌪𑌃 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌸𑍍𑌸𑍋𑌭𑌿𑌧𑍀𑌯𑌤𑍇 ॥௭॥

(இ-ள்) ஜலத்தில் சைந்தவம்(உப்பு), கலப்பால் எப்படி நீரின் சாம்மிய(ஐக்கிய)த்தையடைகின்றதோ, அப்படியே ஆத்துமாவிற்கும் மனதிற்குமுண்டாகும் ஐக்கியம், சமாதியெனப்படும். எப்போது பிராணன் தேய்ந்து மனதும் ஒடுங்குகின்றதோ, அப்போதுண்டாகும் சமரசத்துவமும், சமாதியெனப்படும். ஜீவாத்துமா பரமாத்துமாவென்னும் இரண்டின் ஐக்கியமாகியசமத்தன்மையுண்டாய்ச் சகலசங்கற்பங்களும் நஷ்டமாதல், சமாதியெனப்படும். எ-று. (௫. ௬. ௭)

(அ-கை) இராஜயோகத்தைக் கீர்த்திக்கின்றார்.

ராஜயோகஸ்ய மாஹாத்ம்யம் கோ வா ஜாநாதி தத்த்வத: ।

(இ-ள்) இராஜயோகத்தின் பிரபாவத்தை உண்மையாக எவன் அறிவான்? ஒருவனுமறியான். எ-று. (எ௰)

(அ-கை) இராஜயோகத்தின் பிரபாவம் (மகிமை) வாஸ்தவமாகச் சொல்லக்கூடியதன்றாயினும், அதனை ஏகதேசமாகக் கூறுகின்றார்.

ஜ்ஞாநம் முக்தி: ஸ்திதி: ஸித்திர் குருவாக்யேந லப்யதே ॥ ॥அ॥

(இ-ள்) இராஜயோகத்தால் சுவசொரூபாபரோட்சாநுபவமாகிய ஞானமும், விதேகமுக்தியும், நிர்விகாரசொரூபஸ்திதியும், அணிமாதி சித்திகளும், குருவாக்கியத்தாலடையப்படுகின்றன. எ-று. (அ)

(அ-கை) இதுவுமது.

துர்லபோ விஷயத்யாகோ துர்லபம் தத்த்வதர்ஶநம் । துர்லபா ஸஹஜாவஸ்தா ஸத்குரோ: கருணாம் விநா ॥ ॥௯॥

(இ-ள்) சற்குருவின் கிருபையின்றித் (தாரமுதலிய இகலோகத்தனவும் அமிர்தமுதலிய பரலோகத்தனவுமாகிய) விஷயங்களின் தியாகமும (போகேச்சையின்மையும்), ஆத்துமாபரோட்சாநுபவமாகிய தத்துவதரிசனமும் (ஆத்துமசாக்ஷாத்காரமும்), துரியாவஸ்தையென்னும் சகஜாவஸ்தையும் துர்லபமாம் (அடைதற்கரிதாம்). எ-று.

விமோஹயந்தி விஷயா: ॥ தனது சங்கத்தால் பிரமாதாவைவிசேஷமாகக் கட்டுகின்றமையால் விஷயங்களெனப்படும். குருகிருபையால் சகலமும் சுலபமாமென்பது கருத்து. (௯

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌵𑌿𑌵𑌿𑌧𑍈𑌰𑌾𑌸𑌨𑍈𑌃 𑌕𑍁𑌮𑍍𑌭𑍈𑌰𑍍𑌵𑌿𑌚𑌿𑌤𑍍𑌰𑍈𑌃 𑌕𑌰𑌣𑍈𑌰𑌪𑌿 ।
𑌪𑍍𑌰𑌬𑍁𑌦𑍍𑌧𑌾𑌯𑌾𑌂 𑌮𑌹𑌾𑌶𑌕𑍍𑌤𑍌 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌃 𑌶𑍂𑌨𑍍𑌯𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌲𑍀𑌯𑌤𑍇 ॥ ॥௰॥

(இ-ள்) நாநாவித(மச்சேந்திர முதலிய) ஆசனங்களாலும், நாநாவிதகும்பகங்களாலும், (ஹடசித்தியில் மிக்க உபயோகமுள்ள மகாமுத்திரைமுதலிய)நாநாவிதகரணங்களாலும் குண்டலியென்னும் மகாசக்தி விழிக்குங்கால், பிராணவாயு சூனியமென்னும் பிரமரந்திரத்தில் ஒடுங்குகின்றது. எ-று.

“𑌵𑌿𑌚𑌿𑌤𑍍𑌰𑍈𑌃 ॥ நாநாவித” என்பது (*) காகாக்ஷிகோளகநியாயத்தால் இரண்டிடத்தும் பொருந்துகின்றது. வியாபாரமில்லாமை பிராணனது பிரளயம்(ஒடுக்கம்). (௰)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌉𑌤𑍍𑌪𑌨𑍍𑌨𑌶𑌕𑍍𑌤𑌿𑌬𑍋𑌧𑌸𑍍𑌯 𑌤𑍍𑌯𑌕𑍍𑌤𑌨𑌿𑌃𑌶𑍇𑌷𑌕𑌰𑍍𑌮𑌣𑌃 ।
𑌯𑍋𑌗𑌿𑌨𑌃 𑌸𑌹𑌜𑌾𑌵𑌸𑍍𑌥𑌾 𑌸𑍍𑌵𑌯𑌮𑍇𑌵 𑌪𑍍𑌰𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 ॥கக॥

(இ-ள்) குண்டலிசக்தியின் விழிப்புள்ளவனும், சகலகர்மங்களினின்றும் விடுபட்டவனுமாகிய யோகிக்குத் துரியாவஸ்தையென்னும் சகஜாவஸ்தையாகிய ஜீவன்முக்தி தானே(பிரயத்தினமின்றியே)உண்டாகின்றது. எ-று.

ஆசனத்தால் காயிகவியாபார நீங்கும்போது, பிராணேந்திரியங்களில் வியாபாரம் நிற்கின்றது. பிரத்தியாகார தாரணையான சம்பிரஞ்ஞாதசமாதிகளால் மானசீகவியாபாரம் நீங்கும்போது, புத்தியில் வியாபாரம் நிற்கின்றது. “𑌅𑌸𑌂𑌮𑍋𑌹

* காகாக்ஷிகோளகநியாயமென்பது காக்கைவிழி திருஷ்டாந்தமாம். அதாவது காக்கைக்குள்ள ஒருவிழியே இருபக்கத்துக் கோளகைகளிலும் எந்தப்பக்கம் திரும்புகின்றதோ அந்தப்பக்கத்திற்குப் பார்வை தருகின்றது. அதுபோல என்பதாம்.

யமவஷ: ॥ இப்புருஷன் அசங்கன்" என்னும் சுருதியால் பரிணாமமில்லாத சுத்தன், புருஷன். சத்துவகுண சுவரூபமாகி ய பரிணாமமுடையது புத்தி. பரவைராக்கியத்தினாலேயாவது, நீண்டகாலத்துச் சம்பிரஞ்ஞாத சாமாதியப்பியாசத்தினாலேயா வது புத்தியின் வியாபாரம் நீங்குங்கால், நிர்விகார சுவரூபஸ்தி தியுண்டாகின்றது. அதுவே சகஜாவஸ்தையென்னும் ஜீவன் முக்தியாம். "யெந த்யஜஸி தத்த்யஜெதி நிஃஸங்கஃ ப்ரஜ்ஞயா ஸவெக ॥ எதனால் விடுகிறாயோ அதை விடுக என்னும் பிரஞ் ஞையால் நிஸ்ஸங்க(சங்கமில்லாதவ)னாகின்றான்" என்னும் சுருதியினால். (கக)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸுஷும்நாவாஹிநி ப்ராணெ ஶூந்யெ விஶதி மாநஸெ ।
ததா ஸர்வாணி கர்மாணி நிர்மூலயதி யோகவித் ॥ ॥கஉ॥

(இ-ள்) பிராணவாயு சுழுமுனையாகிய மத்தியநாடியிற்செ ல்லுவதாகுங்கால், அந்தக்கரணம் சூனிய(தேசகாலவஸ்துபரிச் சேதமில்லாத பிரம)த்தில் பிரவேசிக்கின்றது. அப்போது (சித்தநிரோதமுள்ள)யோகவித்தானவன் பிராரத்தத்தோடு ச கலகர்மங்களையும் நிர்மூலமாக்குகிறான். எ-று. (கஉ)

(அ-கை) சமாதியப்பியாசத்தால் பிராரப்தகர்மத்தையு ம் ஜெயித்தலாற் காலனை வென்ற யோகிகளை நமஸ்கரிக்கின்றார்.

அமராய நமஸ்துப்⁴யம் ஸோ(அ)பி காலஸ்த்வயா ஜித꞉ ।
பதிதம் வதநெ யஸ்ய ஜகதேதச்சராசரம் ॥ ॥கஙு॥

(இ-ள்) சிரஞ்சீவிகளாயிருக்கும் யோகிகளாகிய உங்களு க்கு நமஸ்காரம். இந்தச்சராசரமாகிய ஜகத்து எவனுடைய வாயில் விழுந்திருக்கிறதோ, அப்படிப்பட்ட நீக்கற்கரிய ஜகத் பக்ஷகனாகிய காலனும் உங்களால் ஜயிக்கப்பட்டிருக்கிறான். (இ வ்வாக்கியம் நமஸ்கரித்ததற்கேதுவைக் கூறியதாம்) எ-று (கஙு

(அ-கை) முற்கூறிய அமரோலிமுதலியவை சமாதிசித்திதாற்றான் சித்திக்குமென்று சமாதியை நிரூபித்தபின், சமாதிசித்தியில் அவை சித்திக்கின்றனவெனக் கூறுகின்றார்.

சித்தே ஸமத்வமாபந்நே வாயௌ வ்ரஜதி மத்யமே । ததா
மரோலீ வஜ்ரோலீ ஸஹஜோலீ ப்ரஜாயதே ॥ ॥கச॥

(இ-ள்) அந்தக்கரணத்தில் சமத்தன்மை(தியானிக்கப்படு பொருள்வடிவமாகிய விருத்தியின் பிரவாகத்தன்மை)வாய்ந்தகாலத்து வாயு சுழுமுனையிற் செல்லுகின்றது. (இது சித்தத்தின் சமத்தன்மையிலேதுவாம்). அப்போது முற்கூறப்பட்ட அமரோலிவஜ்ரோலிசகஜோலி என்பவையுண்டாகின்றன. எ-று

பிராணஜயமும் சித்தஜயமுமில்லாதவனுக்கு அவை(அமரோலிமுதலியன)சித்தியாவென்பது தாற்பரியம். (கச)

(அ-கை) ஹடாப்பியாச மின்றி ஞானமும் மோக்ஷமும் சித்தியாதெனக் கூறுகின்றார்.

ஜ்ஞாநம் குதோ மநஸி ஸம்பவதீஹ தாவத் ப்ரா
ணோऽபி ஜீவதி மநோ ம்ரியதே ந யாவத் । ப்ராணோ
மநோ த்வயமிதம் விலயம் நயேத்யோ மோக்ஷம் ஸ கச்சதி ந
ரோ ந கதஞ்சிதந்ய꞉ ॥ ॥கரு॥

(இ-ள்) எதுவரையில் பிராணனும் இந்திரியங்களும் ஜீவித்திருக்கின்றனவோ(இறக்கவில்லையோ), எதுவரையில் மனம் இறக்கவில்லையோ (ஜீவித்துக்கொண்டேயிருக்கிறதோ), அதுவரையில் (சொரூபமாக அவைகள்கெடாதவரையில்) மனதில் (அந்தக்கரணத்தில்)ஞானம் (ஆத்துமாபரோட்சாநுபவம்) எப்படியுண்டாம். (பிராணேந்திரிய மனோவிருத்திகள் ஞானப்பிரதிபந்தகமா யிருத்தலால் உண்டாகாதென்பது கருத்து.) பிராணன்மனமென்னு மிவ்விரண்டையும் எவன் விலயமாக்கு(கெடுக்)கின்றானோ, அப்புருஷன் (ஆத்தியந்திக சொரூபாவஸ்திதி

யாகிய) மோக்ஷத்தை யடைகிறான். மற்றவன் (பிராணமனோலயங்களில்லாதவன்) எவ்விதத்திலும் (அநேகமாயிரம் உபாயங்களைச் செய்யினும்) மோக்ஷத்தையடையான் என்பதுபொருள். எ-று.

அபி (உம்) என்னும் சொல்லால் இந்திரியங்கள் கொள்ளப்பட்டன. இங்கே இடைபிங்கலையாற் செல்லுதல் பிராணனது ஜீவனமும், தத்தம் விஷயங்களைக் கிரகித்தல் இந்திரியங்களின் ஜீவனமும், நாநாவிஷயாகாரவிருத்தியுண்டாதல் மனதின் ஜீவனமும், அவையவையில்லாதிருத்தல் அவ்வவற்றின் மரணமுமாமென்பது கருத்து. பிரமரந்திரத்தில் நிர்வியாபாரமாக நிலைத்தல், பிராணனது இலயம். தியேயாகாரமாக (தியானிக்கப்படுபொருள் வடிவமாக) ப் பிரவேசித்தலால் வேறு விஷயாகாரமாகாதிருத்தல், மனதின் இலயம். பிராணமனோலயங்களுக் கந்நியமான உபாயங்களால் அடையாதென்பது யோகபீஜத்தில் "𑌨𑌾𑌨𑌾𑌵𑌿𑌧𑍈𑌰𑍍𑌵𑌿𑌚𑌾𑌰𑍈𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌨 𑌸𑌾𑌧𑍍𑌯𑌂 𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 𑌮𑌨𑌃। 𑌤𑌸𑍍𑌮𑌾𑌤𑍍𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌜𑌯𑌃 𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌸𑍍𑌯 𑌜𑌯 𑌏𑌵 𑌹𑌿" ॥ "𑌨𑌾𑌨𑌾𑌮𑌾𑌰𑍍𑌗𑍈𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌦𑍁𑌷𑍍𑌪𑍍𑌰𑌾𑌪𑌂 𑌕𑍈𑌵𑌲𑍍𑌯𑌂 𑌪𑌰𑌮𑌂 𑌪𑌦𑌮𑍍 । 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌮𑌾𑌰𑍍𑌗𑍇𑌣 𑌲𑌭𑍍𑌯𑍇𑌤 𑌨𑌾𑌨𑍍𑌯𑌥𑌾 𑌶𑌿𑌵𑌭𑌾𑌷𑌿𑌤𑌮𑍍 ॥" "நாநாவித விசாரங் (ஆராய்ச்சி)களால் மனம் சாதிக்கப்படுகிறதில்லை. ஆகையால் அதன்ஜயம் பெரும்பாலும் பிராணஜயமேயாம்" என்றும், "நாநாமார்க்கங்களால் ஏராளமான சுகதுக்கங்கள் உண்டாகின்றன. கைவல்லியமாகிய பரமபதம் சித்த(யோக) மார்க்கத்தால் அடையப்படும். வேறுவிதத்தால் அடையப்படாதென்று ஈசுவரனால் கூறப்பட்டிருக்கின்றது" என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதனால் யோகமின்றி ஞானமும் மோக்ஷமும் சித்தியாதென்பது சித்தித்தது. சுருதிஸ்மிருதி இதிகாஸ புராணாதிகளிலும் இது பிரசித்தம். அஃதெப்படியெனின், '𑌅𑌥𑌾𑌤𑍍𑌮𑌦𑌰𑍍𑌶𑌨𑌸𑍍𑌯𑍋𑌪𑌾𑌯𑍋 𑌯𑍋𑌗𑌃 ॥ இனி அதன் ஆத்மாவின் தரிசனத்திற்கு உபாயம் (சாதனம்), யோகமாம்" என்பதும், ச

அத்யாத்மயோகாதிகமேந தேவம் மத்வா தீரோ ஹர்ஷசோகௌ ஜஹாதி॥ அத்தியாத்துமயோகத்தை யடைதலால் தெய்வத்தை (ஆத்துமாவை) யறிந்து, தீரன் இன்பதுன்பங்களை நீக்குகிறான்,, என்பதும்'' "ச்ரத்தாபக்தித்யாநயோகாதவைஹி॥ சிரத்தைபக்தித்தியானயோகங்களால் அறிக'' என்பதும், "யதா பஞ்சாவதிஷ்டந்தே ஜ்ஞாநாநி மநஸா ஸஹ। புத்திச்ச ந விசேஷ்டதே தாமாஹு: பரமாங்கதிம்॥ தாம் யோகமிதி மந்யந்தே ஸ்திராமிந்த்ரியதாரணாம்॥ அப்ரமத்தஸ்ததா பவதி॥ எப்போது ஐந்துஞானேந்திரியங்களும் மனதோடு (ஆத்துமாவில்) நிலைக்கின்றனவோ, புத்தியும் (தனதுவியாபாரத்தில்) சேஷ்டிக்கிறதில்லையோ, அந்த அவஸ்தையை யோகிகள் பரமகதியென்று கூறுவர். அதனை யோகமென்று மதிக்கின்றனர். எப்போது ஸ்திரமாகிய இந்திரிய தாரணையில் பிரமாதமில்லாதவனாகின்றானோ, அப்போது (யோகத்தில் பிரவிருத்தன்) ஆகின்றான்'' என்பதும், "யதாத்மதத்வேந து ப்ரஹ்மதத்வம் தீபோபமேநேஹ யுக்த: ப்ரபச்யேத்- எப்போது இங்கே யோகி ஆத்மதத்துவமாக பிரமதத்துவத்தைத் தீபஉவமமாகக் காணுகின்றானோ'' என்பதும், "அஜம் த்ருவம் ஸர்வதத்வைர்விசுத்தம் ஜ்ஞாத்வா தேவம் முச்யதே ஸர்வபாசை:॥ பிறப்பில்லாததும் என்றுமுள்ளதும் சகல தத்துவங்களினும் சுத்தமானதுமாகிய தெய்வத்தை (ஆத்மாவை) யறிந்து சகல பாசங்களினின்றும் விடுபடுகிறான்'' என்பதும், "ப்ரஹ்மணோ ஹ்யேஷ ஓமித்யாத்மாநம் த்யாயீத॥ அறிவாகிய பிரமத்தில் ஓமென்று ஆத்துமாவாகிய உன்னைத் தியானஞ் செய்வாயாக'' என்பதும், த்ரிருந்நதம் ஸ்தாப்ய ஸமம் சரீரம் ஹ்ருதீந்த்ரியாணி மநஸா ஸந்நிவேச்ய। ப்ரஹ்மோடுபேந ப்ரதரேத வித்வாந் ஸ்ரோதாம்ஸி ஸர்வாணி பயாவஹாநி॥ (சிரசும் கழுத்தும் உடலுமாகிய) மூன்றும் செவ்வையாய் நிமிர்ந்த சமசரீரனாய், இதயத்தில் மனதோடு இந்திரியங்களைப் பிரவேசிக்கச்செய்து, பிரமமென்னும் தெப்பத்தால் விந்

துவான் பயங்கரமான சகல ஆறுகளை (இந்திரிய மார்க்கங்களை)யும் செவ்வையாய்க் கடக்கின்றான்" என்பதும், "ஓமித்யேவம் த்யாயதாத்மாநம் ॥ ஓமென்றிப்படி ஆத்மாவை தியானிக்கக்கடவாய்" என்பதுமாகிய இவைமுதலியன, சுருதிகள். மநு கூறிய யதிதர்மப்பிரகரணத்திலுள்ள "ஸூக்ஷ்மதாம் சாந்வவேக்ஷேத யோகேந பரமாத்மந: | தேஹத்வயம் விஹாயாசு முக்தோ பவதி பந்தநாத் ॥ பரமாத்துமாவின் யோகத்தாற்சென்றவைகளையும் வருபவைகளையும் காண்பான். இரண்டு தேகங்களையும் விட்டு விரைவில் பந்தத்தினின்றும் முக்தனாகின்றான்" என்பதும், யாஞ்ஞயவல்கிய ஸ்மிருதியிலுள்ள "இஜ்யாசாரதமாஹிம்ஸாதாநஸ்வாத்யாயகர்மணாம் | அயந்து பரமோ தர்மோ யத்யோகேநாத்மதர்ஶநம் ॥ யாகம், ஆசாரம், தமம், அஹிம்சை, தானம், சுவாத்தியாயம்(வேதமுதலியவற்றை யோதுதல்) முதலிய கர்மங்களினும் யோகத்தினால் ஆத்மாவை தரிசித்தலாகிய இது மேலாகிய தர்மமாம்" என்பதும், மஹரிஷிமாதங்கர் கூறிய "அக்நிஹோத்ராதிகாந் ஸர்வாந் விஹாய த்விஜஸத்தம: | யோகாப்யாஸரத: சாந்த: பரம் ப்ரஹ்மாதிகச்சதி ॥ ப்ராஹ்மணக்ஷத்ரியவிஶாம் ஸ்த்ரீஶூத்ராணாஞ்ச பாவநம் | ஶாந்தயே கர்மணாமந்யத்யோகாந்நாஸ்தி விமுக்தயே ॥ துவிஜோத்தமன் அக்கினிஷ்டோமமுதலிய எல்லாவற்றையும் விட்டு யோகாப்பியாச பராயணனாய் சாந்தனாய்ப் பரமப்பிரமத்தை யடைகிறான். பிராமண க்ஷத்திரிய வைசிய ஸ்திரீ சூத்திரர்களுக்குக் கர்மங்களின் சாந்தியாகிய முக்தியின் பொருட்டுப் பரிசுத்தமானது யோகத்தைவிட வேறில்லை" யென்பதும், தக்ஷஸ்மிருதியில் வெதிரேகமுகமாகக் கூறியிருக்கும் "ஸ்வஸம்வேத்யம் ஹி தத் ப்ரஹ்ம குமாரீ ஸ்த்ரீஸுகம் யதா | அயோகீ நைவ ஜாநாதி ஜாத்யந்தோ ஹி யதா கடம் ॥ அந்தப்பிரமம் குமரியாகிய ஸ்திரீயின் சுகத்தைப்போல தன்னாலேயே அறியத்தக்கதாம். பிறவிக்குருடன்

குடத்தைஅறியாதது போல அயோகியானவன் அறியான்'' என்பதுமாகிய இவைமுதலியன, ஸ்மிருதிகள். வியாசரால் மகாபாரதத்தில் யோகமார்க்கத்தில் கூறப்பட்டிருக்கும் ''[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] தனது வர்க்கத்தினின்றும் நழுவினவனாயிருக்கினும், அல்லது தர்மத்தை விரும்பும்நாரியாயிருக்கினும், அவ்விருவரும் இந்த(யோக)மார்க்கத்தால் பரமகதியையடைவர். (அஃதில்லாத) ஞானவன் சகல தருமங்களையும் அறிந்தவனாயிருக்கினும், அல்லது நற்செய்கையுடையவனாயிருக்கினும், சிரேஷ்ட தர்மமுடையவனாயிருக்கினும் அல்லது மிருந்தபாவியாயிருக்கினும், புருஷவியாக்கிரமாயிருக்கினும் அல்லது புருஷத்தன்மையில்லாதவனாயிருக்கினும், அவன் மகாதுக்கமாகிய ஜராமரணசாகரத்தை சேவிக்கத்தக்கவனாகின்றான். யோகத்தையறிய விரும்புகிறவனும் சப்தபிரமத்தை(வேதத்திற்கூறிய கர்மங்களை)க்கடக்கின்றான்''. என்பதும், ''[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]'' அடக்கியமனதையுடைய யோகியானவன் இப்படி எப்போதும் மனதைச் சமாதானமுடையதாகச்செய்து, (சம்சார நிவர்த்தியாகிய) சாந்தியென்னும் மேலான நிர்வாணமாகிய எனது நிலையையடைகிறான். எந்தஸ்தானம் (கைவல்லியம்) சாங்கியர் (ஞானநிஷ்டசந்நியாசி) களால் அடையப்படுகின்றதோ (அது யோகிகளாலும் அடையப்படுகின்றது). என்னும் பகவற்கீதையும்,

[illegible] [illegible] ।

யோகத்தினால் ஞானம் உண்டாகின்றது. யோகமென்பது எ ன்னிடத்து ஒரே மனதாயிருத்தல்'' என்னும் ஆதித்திய(சௌ) புராணவாக்கியமும், "[illegible] ॥ ஆத்மஞானத்தால் முத்தியுண்டாகின்றது. அதுவும் (ஞா னமும்) யோகமின்றி யுண்டாகிறதில்லை. அந்தயோகமும் வெ குகால அப்பியாசத்தினாலேயே சித்திக்கின்றது'' என்னும் ஸ்க ந்தபுராணவசனமும், "[illegible]॥

இதற்குமேல் எதனால் சூரியனைப்போல ஆத்மாவாகிய ஈசுவரனைப் பார்க்கின்றார்களோ, அந்த மிகத்துர்லபமாகிய யோகத்தைச் சொ ல்லுகிறேன். யோகாக்கினியானது சகல பாவக்கூட்டங்களையும் விரைவில் தகிக்கின்றது. அதனால் பிரஸன்னமாகிய ஞானம் உண் டாகின்றது. ஞானத்தினால் நிர்வாண (மோக்ஷ) த்தையடைகிறா ன், என்னும் கூர்மபுராண சிவவாக்கியமும், '[illegible] ॥ புத்திமான் மேலாகிய நிர்விருத்தி

(சுகம்) உண்டாகும்வண்ணம் முயற்சிசெய்யக்கடவன். அது வோ (சுகமோ) யோகத்தினால் அடையப்படுகின்றது. வே றொன்றினாலும் அடையப்படுகிறதில்லை. பவ(சம்சார) தாபத்தி னால் தபிக்கின்றவர்களுக்கு யோகமே மேலாகிய ஔஷதமாம். உலகவிஷயத்தில் வெறுப்புண்டாகியதும்பராவர(பரப்பிரம)த்தி ல்பிரியமுள்ளதுமாகிய புத்தி எவனுக்கிருக்கின்றதோ, அவனும் யோகாக்கினியினால் சகல கிலேசக்கூட்டங்களும் தகிக்கப்பட்ட வனாய் நித்தியமும் மேலானதுமாகிய நிர்வாணத்தை யடைகிறா ன். சம்சயமில்லை. யோகசித்தியைப் பூரணமாகப் பெற்றவ னுக்கு ஆத்மதரிசனத்தைவிட வேறு காரியம் சிறிதும் தோற் றுகிறதில்லை. அதனாலேயே சகலமும் செய்யப்பட்டதாகிற து. ஆத்துமாராமனும் எப்போதும் பூர்ணனும் அத்தியந்த சு கத்தை யடைந்தவனுமாவன். அதன்பின் பரமாநந்த மயனாகி ய அவனுக்கு நிர்வேதம் (பிரியமின்மை) உண்டாம். (பரமாநந் தவடிவமேயாகின்றமையின் எதிலும் பிரியமுண்டாகாதென்ப து கருத்து.) தவத்தால் பாவிக்கப்பட்ட மனதையுடைய யோகி களாகிய இந்திரியங்களை யடக்கிய மகாத்துமாக்கள், யோகத்தி னாலேயே (சம்சாரமாகிய) மகாசமுத்திரத்தைக் கடக்கிறார்கள்" என்னும் கருடபுராண வசனமும், "[Grantha text]

[Grantha text]

[Grantha text]

[Grantha text] ॥ எந்தச் சிரேயசு(புண்ணியம்) சகலபூதங்களுக்கு ம், ஸ்திரீகளுக்கும், புழுவிட்டில்களுக்கும் உபகாரமுள்ளதாயி ருக்கின்றதோ, அந்தமேலான சிரேயஸை எங்களுக்குச்சொல் லுகவென்று முன்தேவர்களாலும் தேவரிஷிகளாலும் கேட்க ப்பட்டவராகிய கபிலர், அவர்களுக்குயோகமே மேலான சிரேய ஸென்று சொல்லியிருக்கின்றார்" என்னும் விஷ்ணுதர்மவாக்கிய

மும், "து:ஸ்ஸஹாராஸம்ஸார விஷவேகவிஷூசிகா। யோககாருடமந்த்ரேண ஶாம்யதே நாந்யதா க்ருதி:॥ இராமா! சம்சாரமென்னும் விஷவேகமுள்ள விடூசிகைவியாதியானது பரிசுத்தமாகிய யோகமென்னும் காருடமந்திரத்தாற் கெடுகின்றது' என்னும் வசிஷ்டர்வாக்கியமும், புராணங்களாம்.

தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களாலும் அபரோட்சஞானம் உண்டாவதாயிருக்க, அதிகசிரமத்தால் சாதிக்கப்படும் யோகத்தில் பிரயாசப்படுவானேன்? வாக்கியத்தாலுண்டாகும் ஞானம் அபரோக்ஷமாமென்பதில் பிரமாணமில்லையென்று சொல்லலாகாது. தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களாலுண்டாகிய ஞானம், அபரோக்ஷஞானமாம்; அபரோட்சவிஷய முடையதாயிருத்தலால், நேத்திரசம்பந்தமான குடமுதலியவற்றின் பிரத்தியட்சம்போல என்னும் அநுமானம் பிரமாணமாயிருத்தலால். விஷயத்திலுள்ள அபரோட்சத்தன்மை வடிவமில்லாததாயிருத்தலால், ஏதுசித்தியாதென்று சொல்லலாகாது. அஞ்ஞானத்திற்குவிஷயமாகின்ற சித்துத்தன்மை அதன் தாதான்மியத்தையடையுந்தன்மை யென்னும் இரண்டிலொருவடிவம் அதற்குச் செவ்வையாய் நிரூபிக்கத்தக்கதாயிருத்தலால். எப்படிக்கடமுதலியவற்றில் சட்சு(நேத்திர)சம்பந்தத்தால் அந்தக்கரணவிருத்திதசையில் அவ்வதிஷ்டான சைதன்னியத்தின் அஞ்ஞானம் நிவர்த்தியாதலால், அந்தச்சைதன்னியம் அஞ்ஞானத்திற்கு விஷயமாதலும், அந்தக்கடம் அஞ்ஞானத்திற்குவிஷயமாகும் சைதன்னியதாதான்மியத்தை யடைதலும் அபரோட்சத்துவமாகின்றதோ, அதுபோல தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களால் சுத்தசைதன்னியாகார அந்தக்கரணவிருத்தியுண்டாகுங்கால், அவ்வஞ்ஞானம் நிவர்த்தியாதலினாலேயே தத்துவம் அஞ்ஞானவிஷயமாகின்றமையால் சைதன்னியத்திற்கு அபரோட்சத்துவமுண்டு. ஆகலின் ஏது சித்தியாதென்பதில்லை.* அப்பிர

* ஏதுவிருக்கட்டும்; சாத்தியமில்லாதிருக்கட்டுமென்பது, அப்பிரயோஜகத்துவம்.

யோஜகத்துவமுமில்லை; ஞானத்தாலறியப்படுந்தன்மையாகிய அபரோட்சத்துவம் பிரத்தியட்சபரோட்ச விஷயமுடைமையாற் பிரயோஜகமாயிருத்தலால். இந்திரியஜந்நியத்துவமோ இல்லை: மனதிற்கு இந்திரியத்துவ மில்லாமையினாலே சுகமுதலிய விஷயங்களில் விபரீதத் (நியமந்தப்பு) தலால்.

அல்லது அபிவியக்தசைதன்னியத்திற்கு அபின்னத்தன்மையாகத் தோற்றிக்கொண்டிருக்குந்தன்மை, விஷயத்தின் அபரோட்சத்துவமாம். அபிவியக்தத்தன்மையும் ஆவரணநிவர்த்தியுடைமையாம். பரோட்சவிருத்திஸ்தலத்தில் ஆவரணநிவர்த்தியில்லாமையால் அதிவியாப்தியில்லை. சர்ப்பமுதலிய பிராந்தியையுண்டாக்கும் தோஷமுடையவனுக்கு இது சர்ப்பமல்ல இரஜ்ஜுவாமென்னும் வாக்கியத்தாலுண்டாகும் விருத்தியோ ஆவரணத்தை நிவர்த்திக்கிறதில்லை. ஆகையால் அங்கே விஷயம் பரோட்சமே. வேதாந்தவாக்கியத்தாலுண்டாகும் ஞானமோ, ஆவரணத்தை நிவர்த்திப்பதாயிருத்தலால் அபரோட்சமேயாம். அது மனனமுதலியவற்றிற்குமுன் உண்டாயிருக்கின்றது; ஞானத்தை நிவர்த்திக்கும் பிரமாண அசம்பாவனைமுதலிய தோஷசாமானியமில்லாத விசிஷ்டமே அஞ்ஞானத்தைநிவர்த்திப்பதாயிருத்தலால். அன்றியும் "தம்௱வநிஷதம் புருஷம் வ்ருச்சாமி ॥ அந்த உபநிஷதப் புருடனைக் கேட்கின்றேன்" என்னும் சுருதியாலடையப்பட்ட உபநிஷத்துமாத்திரத்தாலறியப்படுந் தன்மை யோகத்தாலறியப்படுந்தன்மையில் பொருத்தமுடையதாகாது. ஆகையால் தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களினாலேயே அபரோட்சமுண்டாமெனின், அப்படியல்ல; அநுமானம் அப்பிரயோஜகமாதலால். பிரத்தியட்சத்தின்பொருட்டு முற்கூறிய அக்ஷ (இந்திரிய) சாமானியமுமில்லை. ஒவ்வொரு இந்திரியத்தன்மையால் காரணத்தன்மையாக அதன் ஜந்நியத்தன்மைக்கே பிரயோஜகத்தன்மையிருத்தலால். நித்தியாநித்திய சாதாரணப் பிரத்தியட்சத்தன்மையிலோ பிரயோஜகத்துவம் சிறிதுமில்லை. அம்மதத்திலோ பிரத்தியட்ச விசேஷத்தில் இந்திரி

யம் காரணம் அதன் விசேஷத்தில் சப்தவிசேஷம் காரணமாமெ ன்றிப்படிக் காரியகாரணத்தன்மை யிரண்டுண்டாகின்றது. மனதிற்கு இந்திரியத்துவமில்லை யென்பதில்லை; மனதிற்கு இந்திரியத்தன்மையில் பாதகமில்லாமையால். இந்திரியங்களுக்கு மனம் நாதன் என்பது மனிதர்களைப் போலுத்தேசித்து, மனிதர்களுக்கு இவன் இராஜா என்பதைப் போல இந்திரியங்களிலேயே கொஞ்சம் மேன்மையுடையதாகச் சொல்லப்படுகின்றது. அதற்கும் அநிந்திரியத்துவமில்லை; ஆறிலும் அகண்டவுபாதி விசேஷமே உண்மையாம். இதனாற்றான் "பாயுவாதி கன்மேந்திரியம்; மனம் நேத்திரமுதலியன ஞானேந்திரியம்" என்றும், "இந்திரியசம்பந்தம் பிரத்தியட்சமாம். அதீந்திரியம் அப்பிரத்தியட்சமாம்" என்றும் சத்திப்பிரமாணசொரூபமாகிய கோசத்தி (நிகண்டு)லும் இந்திரியப்பிரமாணமின்றிய ஞானத்திற்கு அப்பிரத்தியட்சத்துவம் கூறி மனதிற்கு இந்திரியத்துவம் அறிவிக்குந்தன்மை பொருந்துகின்றது. "ஐந்தியாணிதசைகஞ்ச ॥ இந்திரியங்கள் பதினொன்று" என்னும் கீதாவசனம் மனதின் இந்திரியத்தன்மையிற் பிரமாணமாம். அன்றியும் தத்துவமசி முதலிய வாக்கியஜந்யஞானம் சாப்தமாம். சப்தஜந்யமாகையால், "யஜ்ஞயாகஞ்செய்யக்கடவன்" என்பவைமுதலிய வாக்கியங்களாலுண்டாகும் ஞானத்தைப்போலவென்னும் இதனால் அபரோட்சவிரோதியாகிய சாப்தத்துவத்தைச் சாதிக்குந்தன்மையில் * சற்பிரதிபக்ஷமுண்டாகின்றது. இது அப்பிரயோஜகமுமன்று; சாப்தத்தை முன்னிட்டே சப்தத்திற்கு உண்டாக்குந் தன்மையால் இலாவகமூலமான அநுகூலதர்க்கமிருத்தலால் உன்மதத்திலோ சப்தத்தினாலும் பிரத்தியட்சமங்கீக

---

* எந்தஹேதுவிற்கு சாத்தியத்தின் (துணிபொருளின்) அபாவத்தைச்சாதிக்கும் மற்றோர் ஹேதுவிருக்கின்றதோ, அது சற்பிரதிபக்ஷமாம் (மறுதலையுடைதாம்). அது "சத்தம் நித்தியம், சுரோத்திரத்திற்கு விஷயமாகுதலால், சத்தத்தன்மைபோலும்" "சத்தம் அநித்தியம், காரியமாயிருத்தலால், குடம்போலும்" எனவரும்.

ிக்தலால் காரியகாரணத்தன்மையாகிய இரண்டைக் கற்பித்தலி ல் கௌரவமிருக்கின்றது. இன்னும் மனனநிதித்தியாசனங்களு க்கு முன்னும் உண்டாயிருக்கின்றது. உன்மதத்தில் பரோட்ச மும் அஞ்ஞானத்தை நிவர்த்திப்பதாகாமையின், அஞ்ஞானநிவ ர்த்தியின்பொருட்டு பாதஞானத்தன்மையினுலே ஏதுத்தன்மை யாமென்னும் கௌரவமிருக்கின்றது. எமக்கோ சமாதியப்பி யாசபரிபாகத்தால் அசம்பாவனைமுதலிய சகலமலங்களும் நீங்கி ய அந்தக்கரணத்தால் ஆத்துமாவைக்காணுங்கால் தரிசனமாத் திரத்திலுலேயே அஞ்ஞானம் நிவர்த்தியாதலால் ஒருகௌரவ த்திற்கும் இடமில்லை. ஏஷ ஸர்வேஷு பூதேஷு கூடோ(அ)த்மா ந ப்ரகாஶதே த்ருஶ்யதே த்வக்ர்யயா புத்த்யா ஸூக்ஷ்மயா ஸூக்ஷ்மதர்ஶிபி: ॥ இந்தப்புருஷனாகிய ஆ த்துமா பிரமாதி ஸ்தம்பபரியந்தமாகிய சகலபூதங்களிலும் கூட மாய்(பார்த்தல் கேட்டல்முதலியகர்மங்களுள்ளதாய், அவித்தை யினுலும் மாயையினுலும் மறைக்கப்பட்டதாய்)எதற்கும் ஆ த்துமாவா(தானுகவே)யிருத்தலால் விளங்குகிறதில்லை. ஆனல் ஏகாக்கிரத்தன்மையுள்ள சூட்சுமவஸ்துக்களை நிரூபிக்கு மியல்பு டைய புத்தியினல் சூட்சுமதரிசிகளாகிய பண்டிதர்களால்(ஆத் மா சகலபூதங்களிலும் கூடமாயிருக்கினும்)அறியப்படுகின்றது. விவேகியானவன் வாக்கை மனதில் ஒடுக்கவேண்டும்'' என்று ஆ ரம்பித்து, அஞ்ஞானநிவர்த்தியென்னும் பொருளுடைய ''ம் ருத்யுமுகாத் ப்ரமுச்யதே॥ (அவித்தை காமம் கர்மமென்னும்) மிருத்தியுவினின்றும் விடுபடுகிறான்'' என்று முடிகின்ற க டவல்லியிலுள்ள மிருத்தியுவின் (இயமனது) உபதேசத்தால் இவ்வர்த்தம் சம்மதமாகின்றபடியால், இதில் ஓர்விதவாதமு மில்லை. மனனமுதலியவற்றிற்கு முன் உண்டாகிய ஞான ம் பரோட்சமேயாகலின், பிரதிபந்தகத்தன்மையாகிய கௌரவ மில்லை யென்னும் மதம் ஆதரிக்கப்படுமாயின், அதுவும் சிரவணமுதலியவற்றால் மனதிற்குச் சம்ஸ்காரம் சித்தித்தபோ து அவ்வியவகிதோத்தரம் (தேசகால மறைப்பின்றிய அடு

த்த க்ஷணத்தில்) ஆத்துமதரிசனம் சம்பவித்தலால், அத ன்பின் வாக்கியஸ்மரணமுதலியவற்றைக் கற்பித்தலாகிய பெ ருங் கௌரவத்தைச் சம்பாதிப்பதேயாம். அப்படியானால் நாங்கள் தர்க்கயுக்திமாத்திரத்தால் சப்தஜந்திய ஞானத்திற் கு அபரோட்சத்துவங் கூறவில்லை. "தம்த்வௌபநிஷதம் புருஷம் ப்ருச்சாமி। அந்த ஔபநிஷத்துப் புருஷனைக் கேட் கிறேன்" என்னும் பிரகதாரணிய சுருதியினாலும் கூறுகின்றோ ம். உபநிடதத்துவம் புருஷனுக்கு உபநிஷத்தினாலாகிய புத்திக் கு விஷயமாந்தன்மைமாத்திர மன்று; பிரத்தியட்சமுதலியவற் றால் அறியப்படும் உபநிஷத்துத்தன்மையிலும் வியவகாரம் ச மபவித்தலால். எப்படிப் பன்னிரண்டு கபாலங்களில் எட்டுக் க பாலங்களிருக்கினும் பன்னிரண்டு கபாலங்களாலாகியதாக எட்டு க்கபாலமுதலியவற்றின் வியவகாரமுண்டாகின்றதோ, எப்படி இரண்டு புத்திரன்முதலியவற்றில் ஒரு புத்திரன்முதலிய வியவ காரமுண்டாகின்றதோ, அப்படியிங்குமாம். வேறிடத்தில் அப் படிப்பட்ட வியவகாரமில்லை. ஆகையால் உபநிஷத்துமாத்தி ரத்தால் அறியப்படுந்தன்மையே பிரத்தியயார்த்தமா (ஞானத் தின் பொருளா)ம். அதுவும் மனதினால் அறியப்படுந்தன்மை யிற் பொருந்துமெனின், அப்படியல்ல. பிரத்தியயத்தினால் உப நிஷத்திற்கு வேறாகிய யாவும் காரணத்தன்மையாக வேறுபிரித் து விவக்ஷிக்கப்படுகிறதில்லை. 'சப்தாபரோட்சவாதியாகிய உன்னா லும் ஆத்துமாபரோட்சத்தில் மனமுதலியவற்றிற்குக் காரண த்துவம் அங்கிகரிக்கப்படுதலால். ஆனால் புராணமுதலிய சப் தாந்தரங்களே "ஶ்ரோதவ்ய: ஶ்ருதிவாக்யேப்ய: ॥ சுருதி வாக்கியங்களால் கேட்கத்தக்கதாம்" என்று சொல்லுதலால், அ வ்வர்த்தம் எனக்கும் சம்மதமாமென்னு மிதுசிறிதுமில்லை. பிர மாணாந்தரவியாவிருத்தியில் தாற்பரியகற்பனமும் ஆத்துமாப ரோட்சத்தில் சப்தத்தின் பிரமாணத்தன்மையில் சித்தித்ததாக வே சொல்லத்தக்கதாம். சப்தாந்தரவியாவிருத்தி தாற்பரிய

மோ சுருதிமுதலியவற்றிற்குச் சம்மதமாயிருத்தலால் கற்பிக்கத்தக்கதேயாம். இப்படியிருக்குமாயின் "மனஸைவாநுத்ரஷ்டவ்யம் மனஸைவேதமாப்தவ்யம் ॥ மனதினாலேயே பார்க்கத்தக்கதாம் மனதினாலேயே இது அடையத்தக்கதாம்." என்பவைமுதலிய சுருதிகளும் நேராகச்சொல்லியவைகளாகும். சிலர் தரிசனவிருத்தியின்பொருட்டு மனதுமாத்திரத்திற்கு உபாதானத்தன்மை கூறும் சுருதிகள் விரோதப்படாவென்று கூறுகின்றனர். அது மிகவும் விசாரிக்கப்பொருக்காததாம். எதனாலெனின், பிரமாண ஆகாங்க்ஷை (விருப்பத்தி)ல் பிரவர்த்தித்துள்ள அவை எப்படி உபாதானத்தைப்பற்றியனவாகும். "காம: ஸங்கல்போ விசிகித்ஸா ச்ரத்தாச்ரத்தா த்ருதிரத்ருதிர் ஹ்ரீர்தீர்பீரித்யேதத்ஸர்வம் மன ஏவ ॥ காமம், சங்கற்பம், சந்தேகம், சிரத்தை, அசிரத்தை, திருதி (நிலையுடைமை), அதிருதி (நிலையின்மை) என்னுமிவையாவும் மனதேயாம்" என்னும் இவைமுதலிய சுருதிகளால் சாவதாரண (நிச்சயவாக்கிய) த்தால் சகலவிருத்திகளுக்கும் மனோமாத்திர உபாதானமுடைமை அறிவிக்கப்படுதலால், ஆகாங்க்ஷையில்லாமையால் உபாதானதாற்பரியமுடைமையாக எப்படி வர்ணிக்கக்கூடும்? முன்னே இரண்டாவது வல்லியில் பிரணவத்தைப் பிரமத்தையறிவிப்பதாகக் கூறியிருத்தலால், அதுவும் அபரோக்ஷத்திற்கு ஏதுவாமென்னும் சங்கையை நிவர்த்திக்க, "மனஸைவாநுத்ரஷ்டவ்யம் ॥ மனதினாலேயே பார்க்கத்தக்கதாம்" என்னுமிவைமுதலியன சாவதாரணவாக்கியங்களாமென்றே வர்ணிக்கக்கூடியவைகளாம். இனி அதிகமாய்ப் பேசுதலினின்றும் அமைதிபெறுவாம். உண்மையாகவே யோகிகளுக்குச் சமாதியில் தூரத்திலுள்ள பதார்த்தங்களின் ஞானமுண்டாமென்பது சகல சாஸ்திரங்களிலும் பிரசித்தம். அப்போது பரோக்ஷசாமக்கிரியை யில்லாமையால், அது (தூரதிருஷ்டி) பரோக்ஷமன்று. பகுத்தறியத்தக்க முன்னநுபவமில்லாமையால், ஸ்மரணமுமன்று. சுபசித்தார்த்தமாதலால், சுகமு

தலியவற்றின் ஞானத்தைப்போல் சாக்ஷிவடிவமுமன்று. பிரமா (வடமொ)சாமானியத்தில் காணநியமமிருத்தலால், அப்பிரமாணமுடையது மன்று. நேத்திரமுதலியவற்றால் உண்டானது மன்று; அவற்றின் சம்பந்தமில்லாமையால். ஆகையால் அது மானசிகப் பிரமாவென்றே சொல்லத்தக்கதாமென்று மனதின் இந்திரியத்தன்மையும் பிரமாணத்தன்மையும் தூரத்தள்ளத்தக்கனவேயாம். எவர்கள் யோகம் சுருதி இரண்டிற்கும் சமுச்சயத்தை (கலப்பை)க் கற்பிக்கின்றார்களோ அவர்களுக்கும் முற்கூறிய தூஷணை (குற்ற)ங்கள் அதில் நிலைபெறும். ஆதலால் யோகஜந்நியசம்ஸ்காரத்தோடுகூடிய மனதுமாத்திரத்தால் அறியத்தக்கது ஆத்துமாவென்பது சித்தித்தது. ஸ்திரீயைப் பாவிக்கின்றவனுக்கு வியவகித (தேசகாலங்களால் மறைந்துள்ள)ஸ்திரீயின்சாட்சாத்காரம்போல, பாவனையாலுண்டாகுந்தன்மையால் ஆத்துமசாட்சாத்காரத்திற்கு அப்பிரமாணத்துவப்பிரசங்கமில்லை; பாதிக்கப்படாதவிஷயத்துவத்தினாலும், தோஷஜந்நியத்தன்மையில்லாமையாலும், ஸ்திரீயின் சாட்சாத்காரம் பாதிக்கப்படும் விஷயமுடையதாயிருத்தலாலும், தோஷஜந்நியமாயிருத்தலாலும் அப்பிரமாணியம்; பாவனையாலுண்டாகியதாயிருத்தலால் பாவனாசமாதியின் ஞாபகத்தன்மையில் வேறுபிரமாணம் பொருந்துவதுமில்லை; அதுமனதின் சகாயத்தையுடையதாயிருத்தலால். பிரமாணத்தை நிரூபித்தலிற் சமர்த்தர்களாகிய நையாயிகர் முதலியோர்களாலும் யோகத்தாலாகிய பிரத்தியட்சம், அலௌகிகப்பிரத்தியட்சத்தில் அந்தர்ப்பாவம் செய்ய (அடக்க)ப்பட்டிருக்கின்றது.

போகத்தினாலாகிய அலௌகிக சம்பந்தத்தால் யோகிகள் வியவகிதமாய்த் தூரத்திலுள்ள சூட்சுமபதார்த்தத்தையும் ஆத்துமாவையும் யதார்த்தமாக அறிகின்றனர். அப்படியே பாதஞ்சலசூத்திரத்தில், "[illegible] விஷயாவிஶேஷாய [illegible] ॥ அதில் (ச

மாதியில்) உண்டாகும் பிரஞ்ஞை, யதார்த்தமுடையதென்னும் பொருளுள்ள ரிதம்பரையெனப்படும். அது(ரிதம்பரபிரஞ்ஞை) ஆகம அநுமானப்பிரஞ்ஞைகளுக்கு அந்நியமான விஷயமுடையதாம். விசேஷார்த்த (நிருவிகற்பவிஷய) முடையின்'' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சப்தத்திற்கு யதார்த்தத்தன்மையை வேறுபிரிக்கும் கிரமமாத்திரத்தாலும், அநுமானத்திற்கு வியாபகத்தன்மையை வேறுபிரிக்கும் கிரமமாத்திரத்தினாலும் ஞானத்தையுண்டாக்குந்தன்மையாகிய நியமத்தால், அதைக் கிரகித்தலில் யோக்கிய விசேஷியமாத்திரத்தைப்பற்றியதாயிருத்தலாலென்பது பொருள். இதில் வாதராயண(வியாச)ரால் செய்யப்பட்டபாஷியம் "𑌶𑍍𑌰𑍁𑌤𑌮𑌾𑌗𑌮𑌵𑌿𑌜𑍍𑌞𑌾𑌨𑌂 𑌤𑌤𑍍𑌸𑌾𑌮𑌾𑌨𑍍𑌯𑌵𑌿𑌷𑌯𑌂 𑌨 𑌹𑍍𑌯𑌾𑌗𑌮𑍇𑌨 𑌶𑌕𑍍𑌯𑍋 𑌵𑌿𑌶𑍇𑌷𑍋𑌽𑌭𑌿𑌧𑌾𑌤𑍁𑌂 𑌕𑌸𑍍𑌮𑌾𑌨𑍍𑌨𑌹𑌿 𑌵𑌿𑌶𑍇𑌷𑍇𑌣𑌕𑍃𑌤𑌸𑌙𑍍𑌕𑍇𑌤𑌃 𑌶𑌬𑍍𑌦 𑌇𑌤𑍍𑌯𑌾𑌦𑍍𑌯𑌾𑌹, 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌪𑍍𑌰𑌜𑍍𑌞𑌾𑌨𑌿𑌰𑍍𑌗𑍍𑌰𑌾𑌹𑍍𑌯 𑌏𑌵 𑌸 𑌵𑌿𑌶𑍇𑌷𑍋 𑌭𑌵𑌤𑌿 𑌭𑍂𑌤𑌸𑍂𑌕𑍍𑌷𑍍𑌮𑌗𑌤𑍋 𑌵𑌾 𑌪𑍁𑌰𑍁𑌷𑌗𑌤𑍋 𑌵𑌾" * என்பதாம். யோகபீஜத்தில் "𑌜𑍍𑌞𑌾𑌨𑌨𑌿𑌷𑍍𑌠𑍋 𑌵𑌿𑌰𑌕𑍍𑌤𑍋 𑌵𑌾 𑌧𑌰𑍍𑌮𑌜𑍍𑌞𑍋𑌽𑌪𑌿 𑌜𑌿𑌤𑍇𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌿𑌯𑌃 । 𑌵𑌿𑌨𑌾 𑌯𑍋𑌗𑍇𑌨 𑌦𑍇𑌵𑍋𑌽𑌪𑌿 𑌨 𑌮𑍋𑌕𑍍𑌷𑌂 𑌲𑌭𑌤𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌿𑌯𑍇 ॥ பிரியமுள்ளவளே(பார்வதீ), ஞானநிஷ்டனாய், விரக்தனாய், சகலதருமமுமறிந்தவனாய், இந்திரிய ஜெயமுள்ளவனாயிருக்கினும், அவன் தேவனாயினும் யோகமின்றி மோக்ஷமடையான்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அன்றியும், "𑌤𑌦𑍇𑌵 𑌸𑌕𑍍𑌤𑌃 𑌸𑌹 𑌕𑌰𑍍𑌮𑌣𑍈𑌤𑌿 । 𑌲𑌿𑌙𑍍𑌗𑌂 𑌮𑌨𑍋 𑌯𑌤𑍍𑌰 𑌨𑌿𑌷𑌕𑍍𑌤𑌮𑌸𑍍𑌯" என்னும் சுருதியினாலும், "𑌕𑌾𑌰𑌣𑌂 𑌗𑍁𑌣𑌸𑌙𑍍𑌗𑍋𑌽𑌸𑍍𑌯 𑌸𑌦𑌸𑌦𑍍𑌯𑍋𑌨𑌿𑌜𑌨𑍍𑌮𑌸𑍁 ॥ இவனுக்குச் சதசத்துயோனிகளிற் பிறத்தற்குக் காரணம் குணசங்கமா (குணச்சேர்க்கையா) ம்" என்னும் ஸ்மிருதியினாலும், தேகம் நீங்கும் காலத்து எதில் இராகாதிகள்

---

* இச்சூத்திரத்தின் பாஷியம் விரிவாயிருத்தலால் உரையெழுதப் படவில்லை. சூத்திரத்திற்கு மாத்திரம் உரையெழுதப்பட்டது.

ரடிக்கின்றனவோ, அந்தயோனியையே ஜீவன் அடைகிறான் என்பதனால் யோகமில்லாதவனுக்கு ஜன்மாந்தரம் (வேறு பிறப்பு) உண்டாகவேசெய்யும்; மரணகாலத்து அதிகமாயுண்டாகும் கலக்கம் அயோகியால் நீக்கப்படக்கூடாமையின், அது யோகபீஜத்தில் "𑌦𑍇𑌹𑌾𑌵𑌸𑌾𑌨𑌸𑌮𑌯𑍇 𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑍇 𑌯𑌦𑍍𑌯𑌦𑍍𑌵𑌿𑌭𑌾𑌵𑌯𑍇𑌤𑍍 | 𑌤𑌤𑍍𑌤𑌦𑍇𑌵 𑌭𑌵𑍇𑌜𑍍𑌜𑍀𑌵 𑌇𑌤𑍍𑌯𑍇𑌵𑌂 𑌜𑌨𑍍𑌮𑌕𑌾𑌰𑌣𑌮𑍍 | 𑌦𑍇𑌹𑌾𑌨𑍍𑌤𑌂 𑌕𑌿𑌂 𑌭𑌵𑍇𑌜𑍍𑌜𑌨𑍍𑌮 𑌤𑌨𑍍𑌨 𑌜𑌾𑌨𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌮𑌾𑌨𑌵𑌾𑌃 | 𑌤𑌸𑍍𑌮𑌾𑌜𑍍𑌜𑍍𑌞𑌾𑌨𑌂 𑌚 𑌵𑍈𑌰𑌾𑌗𑍍𑌯𑌂 𑌜𑌪𑌸𑍍𑌯 𑌕𑍇𑌵𑌲𑌂 𑌶𑍍𑌰𑌮𑌃 | 𑌪𑌿𑌪𑍀𑌲𑌿𑌕𑌾 𑌯𑌦𑌾 𑌲𑌗𑍍𑌨𑌾 𑌦𑍇𑌹𑍇 𑌧𑍍𑌯𑌾𑌨𑌾𑌦𑍍𑌵𑌿𑌮𑍁𑌚𑍍𑌯𑌤𑍇 | 𑌅𑌸𑍌 𑌕𑌿𑌂 𑌵𑍃𑌶𑍍𑌚𑌿𑌕𑍈𑌰𑍍𑌦𑌷𑍍𑌟𑍋 𑌦𑍇𑌹𑌾𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌵𑌾 𑌕𑌥𑌂 𑌸𑍁𑌖𑍀 || தேகம் நீங்குங்காலத்து சித்தத்தில் எது எது பாவிக்கப்படுகின்றதோ, அததுவேயாகின்றான் ஜீவன் என்றிப்படி ஜன்மத்திற்குக் காரணமிருக்கின்றது. தேகாந்தத்தில் இன்னதேகமுண்டாகுமென்பதை மனிதர்கள் அறியார். ஆகையால ஞானமும் வைராக்கியமும் ஜபமும் சிரமமாத்திரமேயாம். தேகத்தில் எறும்பு கடித்தால் தியானத்தினின்றும் விலகுமிவன் தேளினாற்கொட்டப்பட்டாலாவது அல்லது தேகாந்தத்திலாவது எப்படிச் சுகமுடையவனாவன்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. யோகிகளுக்கோ யோகசாமர்த்தியத்தால் கடைசிக்காலத்திலும்ஆத்துமபாவனையால் மோக்ஷமேயாகுதலால் ஜன்மாந்தரமுண்டாகாது. அது பகவானாற்கூறப்பட்ட "𑌪𑍍𑌰𑌯𑌾𑌣𑌕𑌾𑌲𑍇 𑌮𑌨𑌸𑌾𑌽𑌚𑌲𑍇𑌨 𑌭𑌕𑍍𑌤𑍍𑌯𑌾 𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑍋 𑌯𑍋𑌗𑌬𑌲𑍇𑌨 𑌚𑍈𑌵 | மரணகாலத்தில் நிச்சலமான மனதினாலும் பக்தியினாலும் சமாதியிலாகிய சம்ஸ்காரத்தி (வாசனையி) னாலுண்டாகும் சித்தஸ்திரத்தன்மையென்னும் இலக்ஷணமுள்ள யோகபலத்தினாலும்" என்னு மிவைமுதலியவற்றாலும் "𑌶𑌤𑌂 𑌚𑍈𑌕𑌾 𑌚 𑌹𑍃𑌦𑌯𑌸𑍍𑌯 𑌨𑌾𑌡𑍍𑌯𑌃 | இருதயத்தின் நாடிகள் நூறும் ஒன்றுமாம்" என்னும் இவைமுதலிய சுருதிகளாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களுக்கு அபரோட்ச ஞானத்தை யுண்டாக்குந்தன்மையில் அவற்றின் விசாரம் வியர்த்தமேயாமென்று சங்கிக்கக்கூடாது; வாக்கிய விசாரத்தினாலாகிய ஞான

ம் யோகவாயிலாக அபரோட்சஞானத்திற்குச் சாதனமாயிருத்தலால். இது விஷயமாகவே யோகபீஜத்தில் கௌரீசுவரசம்வாதம் விசேஷமாயிருக்கிறது. அதினின்றும் சிறிது எடுத்தெழுதப்படுகிறது:— "தேவ்யுவாச | ஜ்ஞாநிநஸ்த்ரைகாலேதே தேஹாந்தே ஸம்பவதி கீத்ருஸீ ! மதி: கருணாபதே தேவேஸ காருண்யாம்ருதவாரிதே | தேவிகேட்கிறாள், காருணியமெனும் அமுதக்கடலாகிய தேவேசா, எந்த ஞானிகள் மரிக்கின்றார்களோ அவர்கள் நிலை எப்படிப்பட்டதாகும் சொல்லுவீராக" "ஸ்ரீஸ்வர உவாச— தேஹாந்தே ஜ்ஞாநிநா புண்யபாபாச்ச பலமாப்யதே | யாத்ருஸம் தாத்ருஸம் புக்த்வா ஜ்ஞாநீ பூயோபி ஜாயதே | பஸ்சாத் புண்யேந லபதே ஸித்தேந ஸஹ ஸங்கதிம் । தத: ஸித்தஸ்ய க்ருபயா யோகீ பவதி நாந்யதா | ததோ நஸ்யதி ஸம்ஸாரோ நாந்யதா ஸிவபாஷிதம் ॥ ஈசுவரன் சொல்லுகின்றார்:— தேகாந்தத்தில் * ஞானியால் புண்ணியபாவங்களின் பலம் அடையப்படுகின்றது. எப்படிப்பட்ட பலம் உண்டாகின்றதோ அதைப் புசித்து ஞானி மறுபடியும் பிறப்பான். பிறகு அவனுக்கு புண்ணியத்தினால் சித்தர்களோடு சேர்க்கையுண்டாகின்றது. அதன்பின் சித்தர் (மோக்ஷசித்தியை யுடையவர்) களது கிருபையால் யோகியாகின்றான்; வேறு விதத்தாலாகிறதில்லை. அதனால் சம்சாரம் நசிக்கிறது. வேறுவிதத்தினால் நசிக்கிறதில்லையென்று ஈசுவரனால் சொல்லப்பட்டது." தேவ்யுவாச, "ஜ்ஞாநாதேவ ஹி மோக்ஷம் வதந்தி ஜ்ஞாநிந: ஸதா । கதம் யோகம் ஸித்திதோ யோகோ மோக்ஷதோ பவேத்| தேவிசொல்லுகிறாள்:— வேறுவிதத்தினாற் சித்திக்கிறதில்லை. ஞானத்தினாலேயே எப்போதும் மோக்ஷமுண்டாமென்று ஞானிகள் சொல்லுகின்றனர். ஆகையால் யோகமெப்படி மோக்ஷத்தைத் தருவதாம்?"

---

* இங்கே ஞானிகளென்றது திடாபரோட்ச ஞானமில்லாதவர்களை.

ஈஶ்வர உவாச “ஜ்ஞாநேநைவ ஹி மோக்ஷோ ஹி தேஷாம்
வாக்யந்த்வந்யதா | ஸர்வே வதந்தி கட்கேந ஜயோ பவதி
தர்ஹி கிம் | விநா யுத்தேந வீர்யேண கதம் ஜயமவாப்நுயாத்
ததா யோகேந ரஹிதம் ஜ்ஞாநம் மோக்ஷாய நோ பவேத் ||
ஈசுவரன் சொல்லுகின்றார்: ஞானத்தினாலேயே மோக்ஷமுண்டா மென்னும் அவர்கள்வாக்கியம் வித்தியாசமுடையதன்று. சகலரும் வாளினாலேயே ஜயமுண்டாமென்று கூறுகின்றார்கள். ஆயினும் யுத்தமும் வீரிய(பல)முமின்றி எப்படி ஜயத்தையடையக் கூடும். அதுபோல (*) யோகமின்றியஞானம் மோக்ஷத்தின்

---

* இங்ஙனமே யோகம் ஞானத்திற்குச் சாதனமாமென்பது “யோகமின்றிய ஞானம் எப்படி மோக்ஷத்தைத் தருவதாம்” என்று யோகதத்துவோபநிஷத்திலும் “அநேகஜன்மங்களிலப்பியசிக்கப்பட்ட ஞானத்தால்யோகம் அடையப்படுகின்றது. [ஞானம் யோகசாதனமாமென்பதைப் பகவற்கீதையின். 16- அத்தியாயத்தினது முதல் சுலோகபாஷியத்திற்காண்க.] ஞானமோ ஒருஜன்மத்திலநுஷ்டிக்கப்பட்ட யோகத்தினாலேயேயுண்டாகின்றது. ஆகையால் யோகத்தைப் பார்க்கிலும் மேலானதில்லை. யோகமார்க்கமே மோக்ஷத்தைத் தருவதா” மென்று யோகசிகோபநிஷத்திலும், “யோகியானவன் தவமுடையோர், ஞானிகள் (சாஸ்திரப்பயிற்சியுடையோர்), கர்மிகள் (அக்கினிஹோத்திராதி கர்மஞ்செய்வோர்) என்னும் இவர்களைப்பார்க்கிலும் மேலானவனாக மதிக்கப்பட்டிருக்கின்றான். ஆகையால் ஒ! அர்ச்சுனா! நீ யோகியாகக்கடவாய்’.’ என்று பகவற்கீதையிலும், “மன்னியயோகந்தன்னால்ஞானம் வந்தெய்துமந்த; வுன்னருஞானந்தன்னால் யோகவந்தெளிதினெய்து; மின்னவையிரண்டுங்கைவந்திறைஞ்சினேன்றனக்கியான்மற்; றன்னியனல்லனன்னேன்றன்னுடனொருவனாவேன்” என்றும், “இன்னணம்பிரமமாகுஞ்சாங்கியமிசைத்தோமீதின்,மன்னுறமனத்தைச்சேர்த்தன்மாண்புடையோகமாகும்; பன்னருஞ்ஞானம்யோககாரணம் பழிப்பில்யோகந் துன்னுதற்கரியஞானகாரணமாகித்தோன்றும்” என்றும், யோகியரடைந்த முத்திச்சாங்கியருற்றுவாழ்வர்; சேசெறியோகத்தோடுசாங்கியத்தெளிவு தன்னை; யேகமாயெண்ணினோரைத் தத்துவமறிந்தோரென்னச்; சோகமோகங்கள்செற்றதொல்லைமாமுனிவர்சொல்வார்” என்றும் கூர்மபுராணத்திலும், “யோகத்தினால் விஞ்ஞானம் சித்திக்கின்றது. ஞானத்தினால் யோகம்பிரகாசி

பொருட்டாகாது" என்பதாம். அப்படியானால் ஜனகாதிகளுக்கு யோகமில்லாமலும் பிரதிபந்தமின்றிய ஞானமும் மோக்ஷமும் கேட்கப்பட்டிருத்தலால், யோகத்தினாலேயே பிரதிபந்தமில்லாத ஞானமும் மோக்ஷமு முண்டாமென்பது எப்படியெனின், அது சொல்லப்படுகின்றது:— * அவர்களுக்குப் பூர்வஜன்மங்களி லநுஷ்டிக்கப்பட்ட யோகத்தினாலாகிய சம்ஸ்காரத்தால் ஞானங்கிடைத்ததென்று புராணமுதலியவற்றில் கேட்கப்பட்டிருக்கின்றது. அதெப்படியெனின், "𑌜𑍈𑌗𑍀𑌷𑌵𑍍𑌯𑌾𑌦𑌯𑍋 𑌵𑌿𑌪𑍍𑌰𑌾 [illegible] | 𑌕𑍍𑌷𑌤𑍍𑌰𑌿𑌯𑌾 𑌜𑌨𑌕𑌾𑌦𑍍𑌯𑌾𑌶𑍍𑌚 [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] || சைகீஷவ்

க்கின்றது. ஞானயோகத்தால் மோக்ஷம் இலபிக்கின்றது. அங்ஙனமின்றிக் கோடிகிரந்தங்களினாலும் அடையத்தக்கதன்று" என்று இராஜசித்தாந்த இராஜயோகத்திலும், "அரணிக்கட்டையிலுள்ள அக்கினி யெப்படிக் கடைதலின்றி வெளிப்படாதோ, அதுபோல அப்பியாசயோகமின்றி ஞானம் பிரகாசியா" தென்று யோகசிகோபநிஷத்திலும், "விரும்புஞ்சரியை முதன்மெய்ஞ்ஞான நான்கு; மரும்புமலர் காய் கனிகளன்றோ பராபரமே" என்று தாயுமானவராலும் இப்படியே இன்னும் மற்றப் பெரியோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

* "யோகமில்லாதவர்கள் அபக்குவிகள்; யோகத்தோடு கூடியவர்கள் பக்குவிகள்" என்னும் யோகசிகோபநிஷத்தின் வாக்கியத்தால் பக்குவிகளாகிய ஜனகன்முதலியோர்கள் பூர்வஜன்மங்களில் யோகத்தையப்பியசித்தவர்களேயாவர். அப்படியே "ஜடபரதர்முதலியோர்களுக்கு ஜன்மாந்திரகன்மவசத்தால் சித்தம் சம்யமத்திற்குரியதாயிருந்தமையால், அவர்களுக்கு மற்றச் சாதனங்கள் வேண்டுமென்பதில்லை" என்றுகருடபுராணத்திலும், "யோகியர்க்கேஞான மொழுங்காம்பே ரன்பானு; தாகியரும் யோகமுன்னே சார்ந்தோர் பராபரமே" என்னும் தாயுமானவர் வாக்கியமுதலியவற்றினாலுங் காண்க.

வியரென்னும் பிராமணரும், சைவாலிதர் முதலியோரும், ஜனகர் முதலியக்ஷத்திரியர்களும், துலாதாரர்முதலியவைசியர்களும் முன் அப்பியாசித்தயோகத்தால் மேலாகிய சித்தியையடைந்தனர். அதுபோல தர்மவியாதன் முதலிய ஏழுசூத்திரர்களும் மைல வகர்முதலியோரும், மைத்திரேயி, சுலபை, சார்ங்கி, சாண்டிலி, தபஸ்வினியென்னு மிவர்களும் மற்றுமநேகரும் முன் அப்பிய சித்தயோகத்தால் மேலாகியஞானநிஷ்டையை அடைந்தனர்" என்பதாம்.

அன்றியும், முற்பிறப்புகளில் அநுஷ்டிக்கப்பட்ட யோகாப் பியாசத்தின் புண்ணியதாரதம்மியத்தால் சிலர் பிரமபுத்திரத்தன் மையையும், சிலர் தேவரிஷித்தன்மையையும், சிலர் பிரமரிஷித் தன்மையையும், சிலர் முனித்தன்மையையும், சிலர் பக்தத்தன் மையையும் அடைந்தவர்களா யிருக்கின்றார்கள். அதில் உப தேசமின்றியும் ஆத்மசாக்ஷாத்காரமுடையவர்களானார்கள். அப்படியே, இரணியகர்ப்பர், வசிஷ்டர், நாரதர், சனற்குமார ர், வாமதேவர், சுகர்முதலியோர் பிறப்பிலேயே சித்தர் (மோக்ஷசித்தியைப் பெற்றவர்) களாரென்று புராணமுத லியவற்றிற் கேட்கப்படுகின்றது. பிராமணனே மோக்ஷா திகாரியென்று யாது புராணமுதலியவற்றிற் கேட்கப்படுகி ன்றதோ, அது அயோகி (யோகமில்லாதவர்) களது பக்ஷமாம். அது கருடபுராணத்தில், "யோமாஹ்ரஹோத்ருணம்பெ ஷாம் தாஷிஜத்ராம் தஹாரத்ரதஃ। யோமஸ்ஹ்ராஷ்யெதெ ஷாம்ஸாஷ்ட்ர யெஸ்ஹ்ராஹிகஷஃ॥ ஷீக்ஷாஷ்டஷ்ட க்ஷேமேஹ்ஷிக தொயெஸ்ஹ்ரக்ஷேஷ்ஷயாக। தஷ்ஷக்ஷத்ரி யோவிஷஃ க்ர யோஷீ ஷஷ்தொஷயெக॥ சருஷா நஃஷ்ர தொயஜ்ஞ. க்ஷே ஷ்ரவத் தஷ்டவாஷ்। தமெதாஜ்ஞாஷிக்ஷேமேஹ்ஷி யோஹீஷகிம் க்ஷஷ்ஷெகஷ॥ ஜன்மாந்திரத்தில் செய்யப்பட்ட யோகாப்பியா சம் எந்த நார்களுக்கு இல்லையோ, அவர்களுக்கு யோகத்தைய டையும்பொருட்டுச் சூத்திரர் வைசியர்முதலிய கிரமமுண்டு.

ஸ்திரீத்தன்மையினின்றும் சூத்திரத்தன்மையை யடைகிறான். அதினின்றும் வைசியத்தன்மையையடைகிறான். அதினின்றும் க்ஷத்திரியனும் விப்பிரனுமாகின்றான். அதினின்றும் கிருபாஹீன(தயையில்லாதவ) னாகின்றான். அதினின்றும் வித்துவானாகிய பிராமணனாகின்றான். ஸ்மிருதனும் (ஸ்மிருதியை யநுசரிக்கிறவனும்) யாகஞ்செய்பவனுமாகின்றான். அதன்பின் கர்மஸந்யாசி(சந்நியாசி) யாகின்றான். அதினின்றும் ஞானித்தன்மையையடைகின்றான். இவ்வாறு யோகி கிரமமாக முக்தியடைகின்றான். (சூத்திர வைசியாதிக்கிரமமாக யோகியாய் முக்தியையடைகின்றான் என்பது பொருள்)" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதனால் யோகத்தில் சகலருக்கும் அதிகாரம் கேட்கப்படுதலால்,யோகத்தினாலுண்டாகிய தத்துவஞானத்தினால் சகலரும் முக்தியடைகிறார்களென்பது சித்தம். "ஶுசீநாம் ஶ்ரீமதாம் கெஹெ யோகப்ரஷ்டோऽபிஜாயதெ । அதவா யோகிநாமெவ । யோகபிரஷ்டன் புனிதமாகிய ஸ்ரீமான்கள் வீட்டிலேனும் யோகிகளது வீட்டிலேனும் பிறக்கிறான்" என்னும் பகவானது வாக்கியத்தால் யோகிகளுக்கு பிரஷ்டர் (யோகத்தினின்று நழுவினவர்) களாயினும் சூத்திராதிக் கிரமமில்லை. இவ்வளவில் அநைதிபெறுவாம். (கரு)

(அ-கை) பிராணமனோலயமின்றி மோக்ஷம் சித்தியாதென்று சொல்லப்பட்டது. அதில் பிராணலயமுண்டாயின் மனோலயமுமுண்டாமெனை, அதன் (பிராணனது) இலயக்கிரமத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜாக்ராஸுஷுப்த்யோஸ்ஸ்வப்நஸுஷுப்த்யொச்ச லயஸ்
ஸம । ஸுஷுப்திஸ்வப்நயோர்மத்யெ ப்ராணாயாமெந
ஸாத்யதெ ॥ ॥ கசு ॥

(இ-ள்) எப்போதுமே("ஸாம்ராஜ்யாதிஷு தெஷு நல்லராஜ்ஜியமும் தர்மமுள்ள தேசமும்" என்று சொல்லப்பட்டி

ருக்கும் இலக்ஷணமுள்ள) நல்ல ஸ்தானத்திலிருந்துகொண்டு, சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியை நன்றாய்ப் பேதிக்குந்தன்மையைக் குருமுகமாயறிந்து, பிராணவாயுவை மத்தியிற் செல்லுவதாக்கிப் பிரமாந்திரத்தில நிரோதித்தல் வேண்டும். எ-று.

அது வாசிஷ்டத்தில், "அப்₄யாஸேந பரிஸ்பந்தே₃ ப்ராணாநாம் க்ஷயமாக₃தே । மந: ப்ரஶமமாயாதி நிர்வாணமவஶிஷ்யதே ॥ அப்பியாசத்தால் பிராணனது அசைவிற்கு க்ஷயம் வரும்போது மனம் மிகவும் சாந்தியை யடைகின்றது. அப்போது நிர்வாணம் மிஞ்சுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணனும் மனமும் இலயமாகுங்கால் பாவனாவிசேஷமாகிய சமாதியோடு சேர்க்கப்பட்ட அந்தக்காணத்தால் பாதிக்கப்படாத ஆத்மசாட்சாத்காரம் உண்டாகின்றது. அப்போது சீவனோடிருந்துகொண்டே முக்தனாகின்றான். (கசு)

(அ-கை) பிராணலயமானால் காலஜயமுண்டாமெனக் கூறுகின்றார்.

ஸூர்யாசந்த்₃ரமஸௌ த₄த்த: காலம் ராத்ரிந்தி₃வாத்மகம் ।
போ₄க்த்ரீ ஸுஷும்நா காலஸ்ய கு₃ஹ்யமேதது₃தா₃ஹ்ருதம் ॥ கஎ ॥

(இ-ள்). சூரியனும் சந்திரனும் இராப்பகல் வடிவமாகிய காலத்தைச் செய்கின்றன. சாஸ்வதியென்னும் சுழுமுனை (சூரியசந்திரர்களாற் செய்யப்பட்ட இராப்பகல் வடிவமாகிய) காலத்தைப் புசிப்பதாயிருக்கின்றது. இது இரகசியமாய்ச் சொல்லப்பட்டது. எ-று.

இரண்டரைக்கடிகை சூரியன் ஓடுகின்றது. இரண்டரைக் கடிகை சந்திரன் ஓடுகின்றது. சூரியன் ஓடுங்கால் பகலென்றும், சந்திரன் ஓடுங்கால் இரவென்றும் சொல்லப்படுகின்றது. இலௌகிகர்களது இராப்பகலில் யோகிகளுக்குப் பன்னிரண்டு

இராப்பகல்வடிவமாகிய காலவிவகாரம் நடக்கின்றது. அப்படிப்பட்ட காலஅளவால் ஜீவர்களுக்கு ஆயுளளவுமாகின்றது. எப்போது சுழுமுனைமார்க்கத்தால் வாயு பிரமரந்திரத்தில் ஒடுங்குகின்றதோ, அப்போது இராப்பகல் வடிவமாகிய காலமில்லாமையால் "சுழுமுனை காலத்தைப் புசிப்பதாயிருக்கின்றது" என்று சொல்லப்பட்டது. எதுவரையிலும் பிரமரந்திரத்தில் வாயு வொடுங்குகின்றதோ, அதுவரையிலும் யோகிகளுக்கு ஆயுள்விருத்தி யுண்டாகின்றது. நீண்ட காலம் சமாதியை அப்பியசித்த யோகியானவன் முன்னமே மரணகாலத்தை யறிந்து பிரமரந்திரத்தில் வாயுவைக் கொண்டுபோய்க் காலனை நிவர்த்திக்கிறான். சுவேச்சையாகத் தேகத்தியாகமும் செய்கிறான் என்பது கருத்து. (கஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

த்வாஸப்ததிஸஹஸ்ராணி நாடீத்வாராணி பஞ்ஜரே |
ஸுஷும்நா ஶாம்பவீ ஶக்தி: ஶேஷாஸ்த்வேவ நிரர்தகா: ||

(இ-ள்) பஞ்சரத்தில் (பஞ்சரம்போல் நரம்பு எலும்பு முதலியவற்றால் கட்டப்பட்டிருக்கும் சரீரத்தில்) * எழுபத்தி

---

* எழுபத்தீராயிரம் நாடிகளுள் சுழுமுனை, இடை, பிங்கலை, குகு, சரச்சுவதி, யசசுவினி, பூஷை, விசுவோதரை, வருணை, அத்திசிங்குவை, பயசுவினி, சங்கினி, காந்தாரை, அலம்புடை யென்னும் பதினான்கும் முக்கியமானவைகள். அவற்றுள்ளும் சுழுமுனை, இடை, பிங்கலையென்னும் மூன்றும் பிரதானமாம். அவற்றுள்ளும் குற்றமற்ற சுழுமுனைநாடி மிகப் பிரதானமாம். இதனையே பிரமநாடியென்பர். அப்பதினான்கு நாடிகளின் இலக்கணம் வருமாறு:—

(க) முதுகின் நடுவில் வீணாதண்டமென்னும் எலும்புக்கூடு ஒன்று சிரசுவரையிலும் பொருந்தியிருக்கின்றது. அந்த எலும்புக்கூடாகிய மேருவின் மத்தியில் சிரசின் நடுவழிபுகுந்து புருவநடுவரையிற் பொருந்துகின்ற சூட்சுமமாகிய துவாரம் ஒன்றிருக்கின்றது. அதுவே பிரமநாடியென்னும் சுழுமுனையாம். அதற்குத் தேவதை சிவன்.

சாயிரம் நாடிகள் துவார (வாயு பிரவேசிக்கும் மார்க்க) ங்களிருக்கின்றன. அவற்றுள் சுழுமுனை யென்னும் மத்தியநாடி, சாம்பவி சக்தியாம். மற்றவை (இடைபிங்கலை முதலியன) பிரயோஜ

---

(௨) சுழுமுனைக்கு இடதுபாகத்திலிருப்பது இடை. அது இடதுநாசியில் வியாபித்து நிற்கும். தேவதை விஷ்ணு.

(௩) சுழுமுனைக்கு வலப்பாகத்திலிருப்பது பிங்கலை. அது வலதுநாசிவரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை பிரமா.

(௪) சுழுமுனைக்கு முன்னிருப்பது குகு. அது குய்யம்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை அக்கினி. பிருதிவியென்றுங் கூறுவர்.

(௫) சுழுமுனைக்குப் பின்னிருப்பது சரஸ்வதி. அது நாவளவு பொருந்திநிற்கும். தேவதை விராட்டு.

(௬) இடைக்கு முன்னிருப்பது அத்திசிங்குவை. அது இடதுகாற் பெருவிரலளவு பொருந்திநிற்கும். தேவதை வருணன்.

(௭) இடைக்குப் பின்னிருப்பது காந்தாரி. அது இடதுகண்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை சந்திரன். இந்திரனென்றும் கூறுவர்.

(௮) பிங்கலைக்கு முன்னிருப்பது யசசுவினி. அது வலதுகாற்பெருவிரல்வரையிற் பொருந்தியிருக்கும். தேவதை சூரியன். பிரமாவென்றுங் கூறுவர்.

(௯) பிங்கலைக்குப் பின்னிருப்பது பூஷை. அது நேத்திரம்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை திக்கு. ஈசுவரனென்றுங் கூறுவர்.

(௧0) அத்திசிங்குவை குகுவென்னும் இரண்டு நாடிகளுக்கும்மத்தியில் விசுவோதரையென்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது முகம்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை அக்கினி.

(௧௧) யசசுவினிகுகுவென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் வருணையென்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது கீழும்மேலுமாகச் சரீரமெங்கும் பொருந்திநிற்கும். தேவதை வாயு.

(௧௨) பூஷைசரச்சுவதியென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் பயசுவினியெனும் நாடியிருக்கின்றது. அது வலச்செவிவரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை பிரஜாபதி.

னமில்லாதனவாம் (முற்கூறியபிரயோஜனமில்லாமையால்) எ-று.

இதனால் பக்தர்களுக்கு ஶ0-சுகம், ஶவ ஆி-ஃ உண்டாகின்றது. ஆகையால் இது சாம்பவியாம். அல்லது இது சம்புவாகிய ஈசுவரனதாகையால் சாம்பவியாம். அல்லது தியானத்தினால் சம்புவையடைவிப்பதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது சம்புவின் ஆவிர்ப்பாவத்தை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது-ஶ0- சுகவடிவாய் ஶவ ஆி-நிற்கின்றது. ஆகையால் சாம்பவியாம். அல்லது சம்புவாகிய ஆத்துமாவினதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது சித்து வெளிப்படும் ஸ்தானமாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது தியானத்தால் ஆத்துமசாக்ஷாத்காரத்திற்கு ஏதுவாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். (௧அ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வாயு-ஃவஶிவிெ தாயஸ்ூாஉஹ்ரு நாலஸஹக-ஊஷீ0 ।
வொயயிகூாஸ-ஷ-ஃரொயா0ஷ விஶெஉநிெராயக॥

(இ-ள்) வாயு அப்பியாசிக்கப்பட்டதாகுமாயின் ஜடராக்கினியுடன் குண்டலிசக்தியை விழிப்பித்துப் பிரதிபந்தமின்றிச் சுழுமுனையிற் பிரவேசிக்கும். எ-று.

வாயுசுழுமுனை (சரஸ்வதி) யிற் பிரவேசிக்கும் பொருட்டு அதன் அப்பியாசம் செய்யவேண்டுமென்பது பொருள். (௧௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

---

(௧௯) காந்தாரி சரச்சுவதியென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் சங்கினியெனும் நாடியிருக்கின்றது. அது இடதுசெவிவரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை சந்திரன்.

(௧௨) கந்தமத்தியில் அலம்புடை நாடியிருக்கின்றது. அது குதம்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை வருணன். சூரியனென்றும் கூறுவர்.

இந்நாடிகளெல்லாம் கந்தத்தினின்றும் அரசிலையின் நரம்புகளைப் போலக் கிளைகிளையாய்ப்பிரிந்து போகின்றன.

𑌸𑍁𑌷𑍁𑌮𑍍𑌨𑌾𑌵𑌾𑌹𑌿𑌨𑌿 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑍇 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑍍𑌯𑌤𑍍𑌯𑍇𑌵 𑌮𑌨𑍋𑌨𑍍𑌮𑌨𑍀 । 𑌅𑌨𑍍𑌯𑌥𑌾 𑌤𑍍𑌵𑌿𑌤𑌰𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌾𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌯𑌾𑌸𑌾𑌯𑍈𑌵 𑌯𑍋𑌗𑌿𑌨𑌾𑌂 ॥ ॥ ௨௦ ॥

(இ-ள்) பிராணன் சுழுமுனையிற் செல்லுவதாகுங்கால் மனோன்மனி (உன்மனியவஸ்தை) சித்திக்கின்றது. அப்படியில்லையாயின் (பிராணன் சுழுமுனையிற் செல்லுவதாகாவிடின்), மற்ற (சுழுமுனைக்கந்நியமாகிய) அப்பியாசங்கள் யோகி (யோகாப்பியாசி) களுக்குப் பிரயாசத்தின்பொருட்டேயாகின்றன. எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌪𑌵𑌨𑍋 𑌬𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌯𑍇𑌨 𑌮𑌨𑌸𑍍𑌤𑍇𑌨𑍈𑌵 𑌬𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 ।
𑌮𑌨𑌶𑍍𑌚 𑌬𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 𑌯𑍇𑌨 𑌪𑌵𑌨𑌸𑍍𑌤𑍇𑌨 𑌬𑌧𑍍𑌯𑌤𑍇 ॥ ௨௧ ॥

(இ-ள்) எந்தயோகியால் பிராணவாயு கட்டப்படுகின்றதோ அந்தயோகியால் மனமும் கட்டப்படுகின்றது. எவனால் மனம் கட்டப்படுகின்றதோ, அவனால் பிராணனும் கட்டப்படும். எ-று.

மனம் பிராணனென்னும் இரண்டில் ஒன்றைக் கட்டினால் இரண்டும் கட்டப்பட்டதாமென்பது பொருள். (௨௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌹𑍇𑌤𑍁𑌦𑍍𑌵𑌯𑌂 𑌤𑍁 𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌵𑌾𑌸𑌨𑌾 𑌚 𑌸𑌮𑍀𑌰𑌣𑌃 । 𑌤𑌯𑍋𑌰𑍍𑌵𑌿𑌨𑌷𑍍𑌟 𑌏𑌕𑌸𑍍𑌮𑌿𑌂𑌸𑍍𑌤𑌦𑍍𑌵𑌾𑌵𑌪𑌿 𑌵𑌿𑌨𑌶𑍍𑌯𑌤𑌃 ॥ ௨௨ ॥

(இ-ள்) சித்தம் பிரவிருத்தித்தற்கு வாசனை (பாவனை—சம்ஸ்காரம்) பிராணவாயுவென இரண்டு ஏதுக்களிருக்கின்றன. அவற்றுள் ஒன்று நஷ்டமாயின் அவ்விரண்டும் நசிக்கும். எ-று.

வாசனை நசித்தால் வாயு சித்தம் என்னுமிரண்டும் நசிக்கும். சித்தம் நசித்தால் வாயு வாசனையெனுமிரண்டும் நசிக்குமென்பது அபிப்பிராயம். அது வாசிஷ்டத்தில் ‘‘𑌦𑍍𑌵𑍇 𑌬𑍀𑌜𑍇 𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌵𑍃𑌕𑍍𑌷𑌸𑍍𑌯 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌸𑍍𑌪𑌨𑍍𑌦𑌨𑌵𑌾𑌸𑌨𑍇 । 𑌏𑌕𑌸𑍍𑌮𑌿𑌂𑌶𑍍𑌚 𑌤𑌯𑍋𑌃𑌕𑍍𑌷𑍀-

க்ஷீணே க்ஷிப்ரம் த்வே அபி நஶ்யத: ॥ இராமா, சித்தத்திற்குப் பிராணசலனம் வாசனையென்று இரண்டு காரணங்களுண்டு. அவற்றுள் ஒன்று நஷ்டமானால் இரண்டும் உடனே நஷ்டமாகும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அதிற்றனே "யாவத்விலீநம் ந மநோ ந தாவத்வாஸநாக்ஷய: | ந க்ஷீணா வாஸநா யாவச்சித்தம் தாவந்ந ஶாம்யதி || யாவந்ந தத்த்வவிஜ்ஞாநம் தாவச்சித்தஶம: குத: | யாவந்ந சித்தோபஶமோ ந தாவத்தத்த்வவேதநம் | யாவந்ந வாஸநாநாஶஸ்தாவத்தத்த்வாகம: குத: | யாவந்ந தத்த்வஸம்ப்ராப்திர்ந தாவத்வாஸநாக்ஷய: | தத்த்வஜ்ஞாநம் மநோநாஶோ வாஸநாக்ஷய ஏவ ச | மித: காரணதாம் கத்வா து:ஸாத்யாநி ஸ்திதாநி ஹி | த்ரய ஏவ ஸமம் யாவந்நாப்யஸ்தா முஹுர்முஹு: | தாவந்ந தத்த்வஸம்ப்ராப்திர்பவத்யபி ஸமாஶதை: ॥ மனம் * ஒடுங்காதவரையில் வாசனை நசியாது. வாசனை நசியாதவரையில் சித்தம் நசியாது. தத்துவஞானமுண்டாகாதவரையில் சித்தம் நசியாது. சித்தம் நசியாதவரையில் தத்துவஞானமுண்டாகாது. வாசனை நசியாதவரையில் தத்துவஞானமுண்டாவதேது? தத்துவஞான முண்டாகாதவரையில் வாசனக்ஷயமுண்டாகாது. தத்துவஞானம், மனோநாசம், வாசனக்ஷயமென்னுமிவைகளே ஒன்றற்கொன்று காரணத்தன்மையையடைந்து சாதித்தற்கரியனவாயிருக்கின்றன.

ஆகையால் இம்மூன்றும் எதுவரையில் சமமாய் அடிக்கடி அப்பியசிக்கப்படவில்லையோ, அதுவரையில் நன்றாய் ஆசிரயிக்கப்படுமிவற்றால் தத்துவஞானத்தினை வுண்டாகாது" என்று வெதிரேகமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (உஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

மநோ யத்ர விலீயேத பவநஸ்தத்ர லீயதே | பவ

---

* இப்படியே அன்னபூர்ணோபநிஷத்திலும் முக்திகோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

𑌨𑍋 𑌲𑍀𑌯𑌤𑍇 𑌯𑌤𑍍𑌰 𑌮𑌨𑌸𑍍𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌵𑌿𑌲𑍀𑌯𑌤𑍇 । ॥ ௨௩ ॥

(இ-ள்) எதில் (எந்தஆதாரத்தில்) மனம் ஒடுங்குகின்றதோ, அதில் வாயு ஒடுங்குகின்றது. வாயு எதில் ஒடுங்குகின்றதோ, அதில் மனம் ஒடுங்குகின்றது. எ-று. (௨௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌦𑍁𑌗𑍍𑌧𑌾𑌮𑍍𑌬𑍁𑌵𑌤𑍍𑌸𑌂𑌮𑌿𑌲𑌿𑌤𑌾𑌵𑍁𑌭𑍌 𑌤𑍌 𑌤𑍁𑌲𑍍𑌯𑌕𑍍𑌰𑌿𑌯𑍌 𑌮𑌾
𑌨𑌸𑌮𑌾𑌰𑍁𑌤𑍌 𑌹𑌿 । 𑌯𑌤𑍋 𑌮𑌰𑍁𑌤𑍍𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌮𑌨𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌵𑍃𑌤𑍍𑌤𑌿𑌰𑍍𑌯
𑌤𑍋 𑌮𑌨𑌸𑍍𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌮𑌰𑍁𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌵𑍃𑌤𑍍𑌤𑌿𑌃 ॥ ॥ ௨௪ ॥

(இ-ள்) எதில் வாயு பிரவிருத்திக்கின்றதோ, அதில் மனது பிரவிருத்திக்கின்றது. எதில் மனது பிரவிருத்திக்கின்றதோ அதில் வாயு பிரவிருத்திக்கின்றது. ஆகையால் பாலும் நீரும்போல் செவ்வையாய்க் கலந்துள்ள மனம் வாயுவென்னும் அவ்விரண்டும் சமானக்கிரியையுள்ளனவாம். எ-று.

அதுவாசிஷ்டத்தில் "𑌅𑌵𑌿𑌨𑌾𑌭𑌾𑌵𑌿𑌨𑍀 𑌨𑌿𑌤𑍍𑌯𑌂 𑌜𑌨𑍍𑌤𑍂𑌨𑌾𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌚𑍇𑌤𑌸𑍀 । 𑌕𑍁𑌸𑍁𑌮𑌾𑌮𑍋𑌦𑌵𑌨𑍍𑌮𑌿𑌶𑍍𑌰𑍇 𑌤𑌿𑌲𑌤𑍈𑌲𑌵𑌦𑌵𑌸𑍍𑌥𑌿𑌤𑍇। 𑌕𑌾𑌰𑍍𑌯𑌂 𑌤𑍁 𑌵𑌿𑌨𑌾𑌶𑍇𑌨 𑌕𑌾𑌯𑌂 𑌮𑍋𑌕𑍍𑌷𑌾𑌖𑍍𑌯𑌮𑍁𑌤𑍍𑌤𑌮𑌂॥

ஜீவர்களுக்கு நித்தியம் இன்றியமையாதனவாகிய பிராணனும் சித்தமும் பூவும் மணமும்போல கலந்தவைகளாய் எள்ளுமெண்ணெயும் போலவிருந்துகொண்டு விநாசத்தால் மோக்ஷமென்னும் உத்தமமான காரியத்தைச் செய்கின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௨௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌤𑌤𑍍𑌰𑍈𑌕𑌨𑌾𑌶𑌾𑌦𑌪𑌰𑌸𑍍𑌯 𑌨𑌾𑌶 𑌏𑌕𑌪𑍍𑌰𑌵𑍃𑌤𑍍𑌤𑍇𑌰
𑌪𑌰𑌪𑍍𑌰𑌵𑍃𑌤𑍍𑌤𑌿𑌃 । 𑌅𑌧𑍍𑌵𑌸𑍍𑌤𑌯𑍋𑌶𑍍𑌚𑍇𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌿𑌯𑌵𑌰𑍍𑌗𑌵𑍃𑌤𑍍𑌤𑌿𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌧𑍍𑌵
𑌸𑍍𑌤𑌯𑍋𑌰𑍍𑌮𑍋𑌕𑍍𑌷𑌪𑌦𑌸𑍍𑌯 𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌃 ॥ ॥ ௨௫ ॥

(இ-ள்) அவற்றுள் (மனம் பிராணனென்னுமிரண்டனுள்) ஒன்றின் நாசத்தால் மற்றதின் நாசமும், ஒன்றின் பிரவிருத்தியால்(வியாபாரத்தால்)மற்றதின் பிரவிருத்தியுமுண்டாகின்றது. (மனம் பிராணனென்னும்) அவ்விரண்டும் இலயமாகாதிருக்கின் இந்திரியவர்க்கங்களின் விருத்தியும் (இந்திரியசமூகங்கள் தத்தம் விஷயங்களிற்பிரவிருத்தித்தலும்), அவ்விரண்டும் இலயமாயின் மோக்ஷபதத்தின் சித்தியுமுண்டாம். (அவை இலயமாகுங்கால் புருஷன் சொரூபத்தில் நிலைத்தலாமென்பது பொருள்). எ-று.

"தத்ராப்யாஸஸாத்ய: பவநஸ்ய நாஶ: ஷடங்கயோகாதி நிஷேவணேந । மநோவிநாஶஸ்து குரோ: ப்ரஸாதாந் நிமேஷமாத்ரேண ஸுஸாத்ய ஏவ ॥ (பிராணன்மனமென்னும்) அவ்விரண்டிலும் பிராணனது நாசம் ஷடங்கமுதலியவற்றின் அப்பியாசத்தால் சாதிக்கத்தக்கதாம். மனோநாசமோ குருப்பிரசாதத்தால் நிமிஷமாத்திரத்தால் நன்றாய்ச் சாதிக்கத்தக்கதேயாம்." என்னுமிது யோகபீஜத்தில் மூலசுலோகத்திற்கடுத்த சுலோகமாம். (உரு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ரஸஸ்ய மநஸஶ்சைவ சஞ்சலத்வம் ஸ்வபாவத: । ரஸோ பத்தோ மநோ பத்தம் கிம் ந ஸித்யதி பூதலே ॥ உ௬

(இ-ள்) இரசத்திற்கும் (பாதரசத்திற்கும்) மனதிற்கும் சுபாவமாகச் சஞ்சலத்துவமுண்டு. இரசம் கட்டுப்பட்டால் சித்தம் கட்டுப்பட்டதாகின்றது. அதனால் உலகத்தில் எது சித்தியாது? (எல்லாஞ்சித்திக்குமென்பது பொருள்.) எ-று. (உ௬)

(அ-கை) அதனையே கூறுகின்றார்.

மூர்ச்சிதோ ஹரதே வ்யாதீந் ம்ருதோ ஜீவயதி ஸ்வயம் ।
பத்த: கேசரதாம் தத்தே ரஸோ வாயுஶ்ச பார்வதி ॥

(இ-ள்) பார்வதி! இரசமும் வாயும் மூர்ச்சிதமாயின் வியா

திகளைப்போக்குகின்றன. மிருதமாயின் சுவயம் (தமதுசாமர்த்தியத்தால்) வெகுகாலம் ஜீவிப்பிக்கின்றன. பத்தமா (கட்டுப்பட்டனவாகுமா) யின் ஆகாயத்தில் சஞ்சரிக்குந்தன்மையைத் தருகின்றன. எ-று.

ஔஷதிவிசேஷங்களின் சம்பந்தத்தால் சபல(சஞ்சல)நீங்கிய இரசமும் கும்பகங்களினந்தத்தில் இரேசகம்நிவர்த்திக்கப்பட்ட வாயுவும் மூர்ச்சிதமெனப்படும். பஸ்மமாகிய இரசமும் பிரமாந்திரத்திலொடுங்கிய வாயுவும் மிருதமெனப்படும். கிரியாவிசேஷத்தால் குளிகைவடிவமாகச் செய்யப்பட்ட இரசமும் தாரணாவிசேஷத்தால் புருவமத்தியில் தரிக்கப்பட்ட வாயுவும் பத்தமெனப்படும். (உஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌮𑌨𑌃𑌸𑍍𑌥𑍈𑌰𑍍𑌯𑍇 𑌸𑍍𑌥𑌿𑌰𑍋𑌵𑌾𑌯𑍁𑌸𑍍 𑌤𑌤𑍋 𑌬𑌿𑌨𑍍𑌦𑍁𑌃 𑌸𑍍𑌥𑌿
𑌰𑍋 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 । 𑌬𑌿𑌨𑍍𑌦𑍁𑌸𑍍𑌥𑍈𑌰𑍍𑌯𑌾𑌤𑍍𑌸𑌦𑌾 𑌸𑌤𑍍𑌤𑍍𑌵𑌂 𑌪𑌿𑌣𑍍
𑌡𑌸𑍍𑌥𑍈𑌰𑍍𑌯𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 ॥ ॥ உஅ ॥

(இ-ள்) மனம் ஸ்திரப்பட்டால் வாயு (பிராணன் ஸ்திர) மாகும். அதனால் (வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையால்) விந்து (சுக்கிலம்) ஸ்திரமாகும். விந்து ஸ்திரமானால் பலமும், பிண்ட(தேக)த்தின் ஸ்திரத்தன்மையும் உண்டாகின்றது. எ-று- (உஅ)

(அ-கை) இதுவுமது

𑌇𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌿𑌯𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌮𑌨𑍋 𑌨𑌾𑌥𑍋 𑌮𑌨𑍋𑌨𑌾𑌥𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌮𑌾
𑌰𑍁𑌤𑌃 । 𑌮𑌾𑌰𑍁𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌲𑌯𑍋 𑌨𑌾𑌥𑌃 𑌸 𑌲𑌯𑍋 𑌨𑌾𑌦𑌮𑌾
𑌶𑍍𑌰𑌿𑌤𑌃 ॥ ॥ உகூ ॥

(இ-ள்) சுரோத்திரமுதலிய இந்திரியங்களுக்கு மனம் (அந்தக்கரணம்) நாதன் (பிரவிருத்திப்பது) ஆம். மனதிற்குப் பிராணன் நாதனாம். பிராணனுக்கு மனோலயம் நாதன். அம்மனோலயம் நாதத்தை ஆசிரயித்திருக்கின்றது. (அதாவது மனம் நாதத்தில் ஒடுங்குகின்றது என்பது பொருள்.) எ-று.(உகூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸோऽயமேவாஸ்து மோக்ஷாக்யோ மாஸ்து வாபி
மதாந்தரே | மந:ப்ராணலயே கஸ்சிதாநந்த:ஸம்ப்ரவர்த்த-
தே || ||௩0||

(இ-ள்) அவ்விதுவே(சித்தலயமே)மோக்ஷமென்னும் பதத்திற்கு வாச்சியமாருக. அந்நியமதத்தால் ஆகாதிருக்க; சித்தலயம் சுழுத்தியிலுமிருத்தலால். பிராணன் மனமென்னும் இரண்டும் இலயமாகுங்காலத்து அநிர்வாச்சியமாகிய ஆநந்தம் நன்ருய்ப் பிரவர்த்திக்கின்றது. (அநிர்வாச்சிய ஆநந்தமுண்டானால் ஜீவன்முக்திசுகம் உண்டாகவேசெய்யும். இதிற்சமுசயமில்லையென்பது கருத்து). எ-று. (௩0)

(அ-கை) இதுவுமது.

ப்ரநஷ்டஸ்வாஸநிஸ்வாஸ: ப்ரத்வஸ்தவிஷயக்ரஹ:| நிஸ்சே-
ஷ்டோ நிர்விகாரஸ்ச லயோ ஜயதி யோகிநாம் || ||௩௧||

(இ-ள்) சுவாசநிசுவாசங்கள் நஷ்டமாகியதும், சப்தாதிவிஷயக்கிரகணம் நஷ்டமாகியதும், சேஷ்டை(உடற்செய்கை)கள் நீங்கியதும், விகாரங்(அந்தக்கரணச்செய்கை)களில்லாததுமாகிய இலயம் (தியேயாகாரஅந்தக்கரணவிருத்தி), யோகிகளுக்கு எல்லாவற்றினும் மேலானதாக விருக்கின்றது. எ-று.

வெளிவாயு உள்ளே பிரவேசித்தல், சுவாசம். உள்ளிருக்கும் வாயுவை வெளியேவிடுதல், நிசுவாசம். (௩௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

உச்சிந்நஸர்வஸங்கல்போ நிஸ்ஸேஷாஸேஷசேஷ்டி-
த: | ஸ்வாவகம்யோ லய: கோऽபி ஜாயதே வாககோச-
ர: || ||௩௨||

(இ-ள்) சகல சங்கற்ப (மனதின் பரிணாம) ங்களும் நஷ்டமாகியதும்; சகல செய்கைகளும் முற்றிலும் நீங்கியதும், த

ன்னால் அறியக்கூடியதும், வாக்கிற்கெட்டாததுமாகிய ஓர் விலக்ஷணமாகிய இலயம் யோகிகளுக்கு உண்டாகின்றது. எ-று ()

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌯𑌤𑍍𑌰 𑌦𑍃𑌷𑍍𑌟𑌿𑌰𑍍𑌲𑌯𑌸𑍍𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌭𑍂𑌤𑍇𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌿𑌯𑌸𑌨𑌾𑌤𑌨𑍀 ।
𑌸𑌾 𑌶𑌕𑍍𑌤𑌿𑌰𑍍𑌜𑍀𑌵𑌭𑍂𑌤𑌾𑌨𑌾𑌂 𑌦𑍍𑌵𑍇 𑌅𑌲𑌕𑍍𑌷𑍍𑌯𑍇 𑌲𑌯𑌂 𑌗𑌤𑍇 ॥

(இ-ள்) எதில் (எந்த விஷயமாகிய பிரமத்தில்) திருஷ்டி (அந்தக்கரணவிருத்தி) யிருக்கின்றதோ, அதிலேயே இலயமுண்டாகின்றது. யோகிகளுக்குப் பூதங்களையும் இந்திரியங்களையும் சாசுவதமாகவுடையதும், சீவர்களின் சக்தியென்னும் வித்தையுமாகிய இவ்விரண்டும் யோகிகளுக்கு அலக்ஷியமாகிய (குறிக்கப்படாத) பிரமத்தில் இலயமடைகின்றன. எ-று.

சத்காரியவாதத்தில் அவித்தையில் காரியசமூகங்களிருத்தலால், பூதங்களையும் இந்திரியங்களையும் சாசுவதமாகவுடையதென்றார். (௩௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌲𑌯𑍋 𑌲𑌯 𑌇𑌤𑌿 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌹𑍁𑌃 𑌕𑍀𑌦𑍃𑌶𑌂 𑌲𑌯𑌲𑌕𑍍𑌷𑌣𑌮𑍍 । 𑌅
𑌪𑍁𑌨𑌰𑍍𑌵𑌾𑌸𑌨𑍋𑌤𑍍𑌥𑌾𑌨𑌾𑌲𑍍𑌲𑌯𑍋 𑌵𑌿𑌷𑌯𑌵𑌿𑌸𑍍𑌮𑍃𑌤𑌿𑌃 ॥

(இ-ள்) இலயம் இலயமென்று அனேகர் கூறுகின்றனர். அவ்விலயத்தின் சொரூபம் எப்படிப்பட்டதெனின், அதனைக் கூறுகின்றார். மறுபடியும் வாசனை யெழும்பாமையால் சத்தமுதலிய விஷயங்களையாவது, தியேயாகார (தியானிக்கப்படு பொருள் வடிவமாகிய) விஷயங்களையாவது மறத்தல், இலயமாம். அதாவது இலயமென்னும் சப்தத்திற்குப் பொருளாம். எ-று. (௩௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌵𑍇𑌦𑌶𑌾𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌪𑍁𑌰𑌾𑌣𑌾𑌨𑌿 𑌸𑌾𑌮𑌾𑌨𑍍𑌯𑌗𑌣𑌿𑌕𑌾 𑌇𑌵 ।
𑌏𑌕𑍈𑌵 𑌶𑌾𑌮𑍍𑌭𑌵𑍀 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌗𑍁𑌪𑍍𑌤𑌾 𑌕𑍁𑌲𑌵𑌧𑍂𑌰𑌿𑌵 ॥

(இ-ள்) நான்கு வேதங்களும் ஆறு சாஸ்திரங்களும் பதினெண்புராணங்களும் (அனேகம் புருஷர்களால் அறியத்தக்கனவாயிருத்தலால்) சாமானிய கணிகை (வேசி)யைப் போன்றனவாம். சாம்பவிமுத்திரை யொன்றே (புருஷவிசேஷனு லறியத்தக்கதா யிருத்தலால்) குலஸ்திரீயைப்போல் இரகசியமானதாம். எ-று. (௩௫)

(அ-கை) சித்தலயத்தின்பொருட்டுப் பிராணலயத்தின் சாதனவடிவமாகிய முத்திரைகளைச் சொல்லக்கருதி, அவற்றுள் சாம்பவி முத்திரையைக் கூறுகின்றார்.

𑌅𑌂𑌤𑌰𑍍𑌲𑌕𑍍𑌷𑍍𑌯𑌂 𑌬𑌹𑌿𑌰𑍍𑌦𑍃𑌷𑍍𑌟𑌿𑌰𑍍 𑌨𑌿𑌮𑍇𑌷𑍋𑌨𑍍𑌮𑍇𑌷𑌵𑌰𑍍𑌜𑌿𑌤𑌾 । 𑌏𑌷𑌾 𑌸𑌾 𑌶𑌾𑌂𑌭𑌵𑍀 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾 𑌵𑍇𑌦𑌶𑌾𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑍇𑌷𑍁 𑌗𑍋𑌪𑌿𑌤𑌾 ॥ ॥௩௬॥

(இ-ள்) உள்ளே (ஆதாரமுதல் பிரமாந்திரம்வரையிலுள்ள சக்கரங்களுள் தன்னாற் கொள்ளப்பட்ட சக்கரத்தில்) இலக்ஷியமு (அந்தக்கரணவிருத்தியு)ம், வெளியில் (தேகத்திற்கு வெளிப் பிரதேசத்தில்) மூடுதலும் திறத்தலுமில்லாத திருஷ்டி (கண்பார்வை)யுமாக விருத்தல் எதுவோ, அப்படிப்பட்ட இது (சிவப்பிரியை அல்லது சிவாவிர்ப்பாவத்தையுண்டாக்குவதென்றும்) சாம்பவிமுத்திரையாம். இது இருக்குமுதலிய வேதங்களிலும் சாங்கியபாதஞ்சலமுதலிய சாஸ்திரங்களிலும் பாதுகாக்கப்பட்டுள்ளதாம். எ-று.

சித்தம் தியேயாகார (தியானிக்கப்படும் பொருள்வடிவ)மாகப் பிரவேசிக்குங்கால் மூடுதலும் திறத்தலுமின்றிய திருஷ்டியுண்டாகின்றது. (௩௬)

(அ-கை) சாம்பவிமுத்திரையை யநுவதித்துக் காட்டுகின்றார்.

𑌅𑌂𑌤𑌰𑍍𑌲𑌕𑍍𑌷𑍍𑌯𑌵𑌿𑌲𑍀𑌨𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌪𑌵𑌨𑍋 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌯𑌦𑌾 𑌵𑌰𑍍𑌤-

தருஷ்ட்யா நிச்சலதாரயா பஹிரத: பச்யந்நபச்யந்நபி | முத்ரேயம் கலு சாம்பவீ பவதி ஸா லப்தா ப்ரஸாதாத்குரோ: சூந்யாசூந்யவிலக்ஷணம் ஸ்புரதி தத்தத்த்வம் பதம் சாம்பவம் ‖ ‖௩௭‖

(இ-ள்) எந்த அவஸ்தையில் உள்ளே (அநாஹதபதும முதலியவற்றில்) இருக்கும் (சகுணசுவரூபமூர்த்தி முதலியவை, அல்லது தத்துவமசிமுதலியவாக்கியத்தின் இலக்ஷியமாகிய ஜீவேசுவரரபின்ன அகம்பிரமாஸ்மி யென்னும் வாக்கியார்த்தமாகிய பிரமம் என்னும்) இலக்ஷியத்தில் சித்தமும் வாயுவும் எவனுக்கு ஒடுங்குகின்றதோ, அந்தயோகி அசைவற்ற கருமணிகளையுடைய திருஷ்டியால் தேகத்தின் வெளிப்பிரதேசத்தில் பார்த்துக்கொண்டிருக்கினும் வெளிவிஷயங்களைப் பார்க்காதவனாகவே இருக்கிறான். அந்தச் சாம்பவிமுத்திரை குருவின் அநுக்கிரகத்தாற் பெறப்பட்டதாயின் அப்போது அந்த (இதுவென்று சொல்லக்கூடாத) சாம்பவ (சாம்பவிமுத்திரையிற்றோற்றும்) பத (ஆத்துமசொரூப) மென்னும் சூனியாசூனியவிலக்ஷணமாகிய மேலான தத்துவம் (வாஸ்தவமானபொருள்) விளங்குகின்றது. எ-று.

இயோயாகாரவிருத்தி யிருத்தலால் சூனியவிலக்ஷணமென்றும், அதுவும் தோற்றுதிருத்தலால் அசூனியவிலக்ஷணமென்றுங் கூறினர். அப்படியே “ஜாக்ரந்நேத்ரத்வயீவிரதம் பச்யந்நாஸாக்ரத்ருஷ்ட்யா நிச்சலவிஜிதப்ராணவேகாம்ஸம்வீ | ஸ்வைர்யம் கிஞ்சித்ப்ரஸந்நம் த்விஷ்டாகம் த்ருஷ்டம் ஸ்வாயத்தசேஷாஸ்த்ராத்ருஷ்டிர் நாம் ஸ்வே நாமுயக்ஷீஸ்ஸ்திதே ஸ்வாந்தர்முக்கா ‖ உபயத்ருஷ்டிரயோத்ருஷ்டி ரூபயேவயோஹ்யப்யரா:| ராயாயம் த்விதீயாமேநஜீவந்முக்தோஸ்வேக்ஷிதா ‖ ஏகாக்கிரசித்தனாகிய யோகி நீக்கமின்றிய அந்தர்லக்ஷியமாய்ச் சுகத்தைப் பார்த்துக்கொண்டு விழித்தலும்

திறந்தலுமின்றிய பார்வையாயிருத்தலாகிய இது சாம்பவிமுத்திரையாம். இது தந்திரங்களையுணர்ந்த கிரீசனாகிய பரமேசுவரனால் தந்திரங்களில் பாதுகாக்கப்பட்டிருக்கின்றது. யோகிகளுக்கு மனோலயத்தைச் செய்வதும் மோக்ஷத்தைத்தருவதும் துர்லபமுமாகிய இது தத்துவவிருப்புடையோர்களின் பொருட்டாம். ஊர்த்துவவேதம்(மேல் ஊடுருவிச் செல்லுதல்) ஊர்த்துவ(மேல்)திருஷ்டியும், கீழ்நாடிகள் அதோதிருஷ்டியுமாம். இராதாயந்திரவிதானத்தால் பூமியில் ஜீவன்முக்தனாகின்றான்' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஶ்ரீஶாம்பவ்யாஶ்ச கேசர்யா அவஸ்தாதாமபேதத: |
ப⁴வேச்சித்தலயானந்த: ஶூன்யே சித்ஸுகரூபிணி ||கஅ

(இ-ள்) ஸ்ரீ சாம்பவிமுத்திரை கேசரிமுத்திரை என்னுமிரண்டினது அவஸ்தை ஸ்தானங்களின் பேதத்தால் சூனியமாகிய (தேசகாலவஸ்து பரிச்சேதமில்லாத அல்லது சஜாதிய விஜாதிய சுவகதபேதமில்லாத)சிதாநந்தசொரூப ஆத்துமாவில் சித்தலயமாகிய ஆநந்தம் உண்டாகின்றது. எ-று.

சாம்பவிக்கு வெளிதிருஷ்டியால் வெளியவஸ்தை(நிலைமை)யும் கேசரிக்கு புருவநடுப்பார்வையால் உள்ளவஸ்தையுமாம். சாம்பவிக்கு இருதயபாவனையும் கேசரிக்குப் புருவநடுவுமேஸ்தானங்கள். ஸ்ரீசாம்பவிக்கும் கேசரிக்கும் அவஸ்தைஸ்தானமென்னும் சாதனாம்சத்தில் பேதமுண்டு. சித்தலயாநந்தமாகிய பலாம்சத்தில் பேதமில்லை யென்பது தாற்பரியம். (கஅ)

(அ-கை) உன்மனிமுத்திரையைக் கூறுகின்றார்.

தாரே ஜ்யோதிஷி ஸம்யோஜ்ய கிஞ்சிது³ன்னமயேத்³ப்⁴ருவௌ |
பூர்வயோக³ம் மனோ யுஞ்ஜன்னுன்மனீகாரக: க்ஷணாத் ||
||க௯||

(இ-ள்) கண்ணின்மணிகளை ஜோதியில் (இரண்டுகண்மணிகளையும் நாசிநுனியிற் சேர்த்தலாற் பிரகாசிக்கும் தேஜஸில்) சேர்த்துப் புருவங்களைக் கொஞ்சம் மேலே உயர்த்தவேண்டும். முன் (முற்கூறிய அந்தர்லக்ஷியம் பஹிர்திருஷ்டியென்னும் வடிவினதாகிய) யோகத்தை (யுக்தியை) யுடையமன (அந்தக்கரணத்) தை யோகத்திற் பொருத்துவானாயின் யோகி க்ஷணத்தில் (முகூர்த்தத்தில்) உன்மனியவஸ்தையையுடையவனாகின்றான். எ-று.

(அ-கை) உன்மனியைவிட கடத்தற்குபாயம் வேறில்லையெனக் கூறுகின்றார்.

கேசிதாகமஜாலேந கேசிந்நிகமஸங்குலை: |
கேசித்தர்க்கேண முஹ்யந்தி நைவ ஜாநந்தி தாரகம் ||

(இ-ள்) சாஸ்திரதந்திரமுதலியவற்றை யுணர்ந்த சிலர் ஆகம (சாஸ்திரதந்திராதி) ஜாலங்களாலும், சிலவைதிகர் நிகமசங்குலங்களா (வேதத்திற் கூறிய பலத்தின் மிகுதிப்பாட்டினா) லும், சிலவைசேஷிகர்முதலியோர் தர்க்க (சுவகற்பித யுக்திவிசேஷ) த்தாலும் மோகிக்கின்றார்கள்; தாரகத்தை (கடத்தற்குபாயமாகிய உன்மனியவஸ்தையை) அறிகிறதில்லையென்பது பொருள். எ-று

“[illegible] ||” இவற்றால் அர்த்தங்கள் புத்தியில் ஏறுகின்றமையால் ஆகமங்களாம்” ஜாலத்தை (வலையை)ப்போல பந்தனத்திற் கேதுவாகுமவற்றிற்கூறிய பலன்களை ஜாலங்களென்றார். (௬0)

(அ-கை) இதுவுமது.

அர்தோந்மீலிதலோசந: ஸ்திரமநா நாஸாக்ரதத்தேக்ஷண: சந்த்ரார்காவபி லீநதாமுபநயந்நிஷ்பந்தபாவேந ய: | ஜ்யோதீரூபமசேஷபீஜமகிலம் தேதீப்யமாநம் பரம் தத்த்வம் தத்பதமேதி வஸ்து பரமம் வாச்யம் கிமத்ராதிகம் || ||௬க||

(இ-ள்) பாதிதிறந்த கண்களையுடையவனும், ஸ்திர(நிச்சல)மனதுடையவனும், நாசாக்கிரத்தில்(நாசிநுனி பாகத்தில அல்லது பன்னிரண்டங்குல அளவில்)வைக்கப்பட்ட பார்வையுடையவனும், நிஸ்பந்தத்தன்மையால் (காயேந்திரியமனதுகளின் நிச்சலத்தன்மையால்)சந்திரசூரியர்களையும் இலயமாக்குவி (காயேந்திரியமனதுகளின் நிச்சலத்தன்மையால் பிராணசஞ்சாரத்தையும் ஸ்தம்பிவி)க்கிறவன் எவனோ, அவன் (எல்லாவற்றையும் பிரகாசிப்பிக்கும்) ஜோதிவடிவமும், (ஆகாயமுதலியவற்றின் உற்பத்திவாயிலாக)சர்வகாரணமும், பூரணமும், சுவப்பிரகாசமும், பர (காயேந்திரியமனதுகளுக்கு சாக்ஷியாகிய)தத்துவமும (ஆரோபமில்லாதது-வாஸ்தவிகமு)மான அந்த(இதென்று சொல்லக்கூடாத) பதமாகிய பரம(சர்வோத்கிருஷ்ட)வஸ்துவை (ஆத்மசொரூபத்தை)அடைகிறான். (யோகி உன்மனியவஸ்தையில் சுவசொரூபத்தில் நிலைத்தவனாகின்றானென்பது பொருள்.)இதில் அதிகமாகச் சொல்லவேண்டியதென்ன?(வேறுவஸ்துவையடைகிறானென்று இதில் என்னசொல்லவேண்டியிருக்கிறது என்பது பொருள்). எ-று.

பன்னிரண்டங்குல அளவில் என்பது வசிஷ்டராலும் "* [Grantha text, illegible] | [Grantha text, illegible] || பன்னிரண்டங்குல அளவுள்ள நாசிநுனியாகிய விமலாம்பரத்தில் (பரிசுத்த ஆகாயத்தில்) சம்வித்து (ஞானப்)பார்வை

---

* இவ்வாக்கியத்தைச் சாண்டில்யோபநிஷத்திலும் காணலாம். இவ்வாக்கியத்திற் கூறியபடி,

"நாசிக்குமேதோமுகம்பன்னிரண்டங்குல
நீசித்தம்வைத்து நினையவும்வல்லையேல்
மாசித்திமாயோகம்வந்துதலைப்பெய்துந்
தேகத்திற்கென்றுஞ்சிதைவில்லையாகுமே."

என்னுந்திருமந்திரத்திலுங் காண்க.

யெனுமிரண்டும் ஒடுங்குவதால் பிராணனது அசைவு நிரோதிக்கப்படுகின்றது” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சக)

(அ-கை) உன்மனிபாவனையின் காலநியமத்தைக் கூறுகின்றார்.

திவா ந பூஜயேல்லிங்க³ம் ராத்ரௌ சைவ ந பூஜயேத் ।
ஸர்வதா³ பூஜயேல்லிங்க³ம் தி³வாராத்ரிநிரோத⁴த꞉ ॥

(இ-ள்) பகலில் (சூரியசஞ்சாரத்தில்) இலிங்கத்தை (சர்வகாரணமாகிய ஆத்துமாவை)ப் பூஜி(பாவி)க்கலாகாது. இராத்திரியி (சந்திரசஞ்சாரத்தி) லும் பூஜிக்கலாகாது. (“வாயுசலித்தால் சித்தஞ்சலிக்கு” மென்று சொல்லப்பட்டிருத்தலால் சந்திரசூரியசஞ்சாரத்தில் சித்தஸ்திரத்தன்மை யில்லாமையால்) பகலிரவென்னும் சூரிய சந்திரர்களை நிரோதித்து, எப்போதும் இலிங்கமென்னும் ஆத்துமாவைப் பூஜிக்கவேண்டும். எ-று.

ஆத்துமா சர்வகாரணமென்பதற்கு “தஸ்மாத்³வா ஏதஸ்மாதா³த்மந ஆகாஶஸ்ஸம்பூ⁴த꞉ ॥ இந்த ஆத்துமாவினின்றும் ஆகாசமுண்டாயிற்று” என்னும் தைத்திரிய சுருதி பிரமாணமாம். தியானமே ஆத்துமபூஜையாம். அது வாசிஷ்டத்தில் “த்⁴யாநைகவேத்³ய ஏவாத்மா த்⁴யாநமஸ்ய மஹார்சநம் । விநா தேநேதரேணாயமாத்மா லப்⁴யதே ந வை ॥ தியானைவேத்தியமே ஆத்துமா; தியானம் இதன் மகார்ச்சனம். அது (தியானம்) ஒழிந்து மற்றொன்றால் இவ்வாத்துமா அடையப்படமாட்டாது.” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சூரியனும் சந்திரனும் நிரோதமாகுங்கால் சுழுமுனைக்குள் பிராணனடங்குகின்றது. அப்போது மனம் ஸ்திரத்தன்மையடைதலால் அப்போது பாவிக்கவேண்டும். அது (சுழுமுனையிற் பிராணனடங்கின் மனம் ஸ்திரத்தன்மை யடையுமென்பது) “ஸுஷும்நாந்தர்க³தே வாயௌ மந꞉ஸ்தை²ர்யம் ப்ரஜாயதே ॥ சுழுமுனைமத்தியில் வாயு பிரவேசித்

தலால் மனதிற்கு ஸ்திரத்தன்மை யுண்டாகின்றது" என்பத னாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௪௨)

(அ-கை) கேசரியைக் கூறுகின்றார்.

ஸவ்யதக்ஷிணநாடிஸ்தோ மத்யே சரதி மாருத: | திஷ்டதே கேசரீமுத்ரா தஸ்மிந்ஸ்தாநே ந ஸம்ஶய: ||௪௩||

(இ-ள்) இடதுவலது நாடிகளிலுள்ளவாயு எந்த மத்திய ப்பிரதேசத்திற் செல்லுகின்றதோ, அந்தப் பிரதேசத்தில் கேசரிமுத்திரை ஸ்திரமுடையதாகின்றது. இதிற் சமுசயமில்லை. எ-று. (௪௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

இடாபிங்கலயோர்மத்யே ஶூந்யம் சைவாநிலம் க்ரஸேத் | திஷ்டதே கேசரீமுத்ரா தத்ர ஸத்யம் புந: புந: || ௪௪ ||

(இ-ள்) இடைபிங்கலைகளின் மத்தியிலிருக்கும் சூனியம் (ஆகாயம்)வாயுவை விழுங்குகின்றது. அதில் (சூனியத்தில்) கேசரிமுத்திரை ஸ்திரமாகின்றது. மறுபடியும் மறுபடியும் சத்தியம் என்பது அந்நுவயம். எ-று.

சூனியத்தில் பிராணன் ஸ்திரமாகுதலே வாயுவை விழுங்குதலெனப்படும். (௪௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸூர்யாசந்த்ரமஸோர்மத்யே நிராலம்பாந்தரே புந: | ஸம்ஸ்திதா வ்யோமசக்ரே யா ஸா முத்ரா நாம கேசரீ || ௪௫ ||

(இ-ள்) சூரியசந்திரர்களென்னும் இடைபிங்கலைகளின் மத்தியில் நிராலம்பமாகிய உள்ளவகாசத்திலிருக்கும் ஆகாயச்க

ளின் சமுதாயத்தில் செவ்வையாய்ப் பொருந்தியிருப்பது எதுவோ, அம்முத்திரை கேசரி யென்னப்படும்.

புருவமத்தியில் சகல ஆகாயங்களுக்கும் சம்பந்தமிருத்தலால் ஆகாயங்களின் சமுதாயமென்றார். அது "ஸம்வலிதாஃ ஸந்த்வேத ॥ ஐந்துநாடிகள் சம்பந்தித்துள்ளதில்" என்பதினாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௪௫)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸோமாத்யத்ரோதிதா தாரா ஸாக்ஷாத் ஸா சிவவல்லபா । பூரயேதுலாம் திவ்யாம் ஸுஷும்நாம் பச்சிமே முகே ॥ ॥௪௬॥

(இ-ள்) எந்தக்கேசரியில் சந்திரனினின்றும் அமிர்ததாரையுண்டாகின்றதோ, அந்தக்கேசரி சாட்சாத் சிவப்பிரியையா (சிவத்திற்குப் பிரியமுள்ளதா)ம். இணைபற்றதும் திவ்விய (சகலநாடிகளிலும் உத்தம)மானதுமாகிய சுழுமுனையைப்பச்சிமமுகத்தில் நாவினாற்பூரிக்கவேண்டும. எ-று.

நாவினாலென்பது வருவிக்கப்பட்டது. (௪௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

புரஸ்தாச்சைவ பூர்யேத நிச்சிதா கேசரீ பவேத் । அப்யஸ்தா கேசரீ முத்ராப்யுந்மநீ ஸம்ப்ரஜாயதே ॥ ॥௪௭॥

(இ-ள்) முன்னமே சுழுமுனையைப் பிராணனாற் பூரிக்கவேண்டும். அப்போது நிச்சயிக்கப்பட்ட (சந்தேகமில்லாத) கேசரியென்னுமுத்திரை யுண்டாகின்றது. (முன்னமே பிராணனால் பூரிக்காமல் நாக்குமாத்திரத்தால் பச்சிமமாகப் பூரிக்கின், அப்போது மூடாவஸ்தையையுண்டாக்கும் கேசரியுண்டாம். (நிச்சயிக்கப்பட்ட கேசரியுண்டாகாதென்பது கருத்து.) கேசரிமுத்

திரையும் அப்பியசிக்கப்படின் உன்மனியுண்டாகின்றது(சித்தத்திற்குத் தியேயாகார ஆவேசத்தால் துரியாவஸ்தையுண்டாகின்றது. எ-று.

சுழுமுனையைப் பிராணனுலென்பது வருவிக்கப்பட்டது.

(அ-கை) இதுவுமது.

*ப்ருவோர்மத்யே ஶிவஸ்தானம் மனஸ்தத்ர விலீயதே ।
ஜ்ஞாதவ்யம் தத்பதம் துர்யம் தத்ர காலோ ந வித்யதே ॥

(இ-ள்) புருவமத்தி சிவமென்னும்(சுகவடிவமாகிய) பிரத்தியகபின்னபரமாத்துமாவின் ஸ்தானமாம். அதில்(சிவத்தில்)மனம் ஒடுங்குகின்றது. (சிவாகாரவிருத்திப் பிரவாகமாகின்றது) அந்தச் சித்தலயவடிவமாகிய துரிய(ஜாக்கிர சொப்பன சுழுத்திகளுக்கந்நியமாகிய நான்காவது)பதம் அறியவேண்டியதாம். அந்தப்பதத்தில் காலன்(மிருத்தியு)இல்லை. அல்லது சூரியசந்திரர்களின் நிரோதத்தால் ஆயுளைக்குறைக்கும் காலம்(சமயம்)இல்லையென்பது பொருள். எ-று.

அது" சுழுமுனைகாலனைவிழுங்குவதாம்" என்பதனால் முன்சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

அப்யஸேத்கேசரீம் தாவத்யாவத்ஸ்யாத்யோகநித்ரித꞉ ।
ஸம்ப்ராப்தயோகநித்ரஸ்ய காலோ நாஸ்தி கதாசந ॥ சகூ ॥

(இ-ள்) யோகநித்திரையுடையவனாகும்வரையில் கேசரிமுத்திரையை அப்பியசிக்கவேண்டும். யோகநித்திரையை யடைந்தவனுக்கு ஒருக்காலும் காலன்(மரணம்)இல்லை. எ-று.

சர்வவிருத்திநிரோதம், யோகநித்திரை. (சகூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

நிராலம்பம் மன꞉ க்ருத்வா ந கிஞ்சிதபி சிந்தயேத் ।
ஸபாஹ்யாப்யந்தரே வ்யோம்நி கடவத்திஷ்டதி த்ருவம் ॥

(இ-ள்) எவன் மனதை நிராலம்ப(ஆலம்பசூனிய)மாக்கி, ஒன்றையும் சிந்தியாதிருக்கின்றானோ (கேசரிமுத்திரையிலுண்டாகும் பிரமாகாரவிருத்தியையும் பாவைராக்கியத்தால் விடுகின்றானோ), அவன் உள்ளும்வெளியுமிருக்கும் ஆகாயத்தில் கடத்தைப்போல நிற்கிறான். இது நிச்சயம். எ-று.

எப்படி ஆகாயத்திலிருக்கும் கடம் உள்ளும்வெளியும் ஆகாயத்தால் நிறைந்ததாகின்றதோ, அதுபோல கேசரியில் ஆலம்பனத்தை(பற்றுக்கோட்டை) விடுதலால் யோகி பிரமத்தால் நிறைந்தவனாகின்றான் என்பது பொருள். (௫0)

(அ-கை) இதுவுமது.

வாஹ்யவாயுர்யதா லீநஸ்ததா மத்யோ நஸம்ஸய꞉।
ஸ்வஸ்தாநே ஸ்திரதாமேதி பவநோ மநஸா ஸஹ ॥௫௧॥

(இ-ள்) தேகத்திற்கு வெளியிலுள்ள வாயு(தனக்குஉட்பிரவிருத்தியின்மையால்)கேசரியில் எப்படி இலயமாகின்றதோ, அப்படியே தேகமத்தியிலிருக்கும்வாயு(தனக்கு வெளிப்பிரவிருத்தியின்மையால்)இலயமாகின்றது. இதிற்சமுசயமில்லை. பிராணன் தனது ஸ்தானத்தில்(ஸ்திரத்தன்மைக்கதிஷ்டானமாகிய பிரமரந்திரத்தில்) சித்தத்தோடு ஸ்திரத்தன்மையை யடைகின்றது. எ-று. (௫௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஏவமப்யஸ்யமாநஸ்ய வாயுமார்கே திவாநிஸம் । அ
ப்யாஸாஜ்ஜீர்யதே வாயுர் மநஸ்தத்ரைவ லீயதே ॥

(இ-ள்) இப்படி வாயு மார்க்கத்தில்(சுழுமுனையில்)பகலுமிரவும் அப்பியாசிக்கின்றவனுக்கு அப்பியாசத்தால் எந்த ஆதாரத்தில் பிராணன் இலயமாகின்றதோ, அதிற்றானே(வாயுவின் இலயாதிஷ்டானத்திலேயே)மனம் இலயமாகின்றது. எ-று (௫௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible] ।
[illegible] ॥ ௫௩ ॥

(இ-ள்) இரந்திர(துவார)த்தினின்று வெளிப்படும் அமிர்தத்தால் பாதமுதல் சிரசுபரியந்தமாகிய தேகத்தை முழ்குவிக்கிறான். மகா(மிகமேலான)காயமுடையவனும் மகாபலபராக்கிரமமுடையவனுமாகிய யோகி அமிர்தத்தால் முழுகுதலால் சித்தனேயாகின்றான். எ-று. (௫௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible] ।
[illegible] ॥ ௫௪ ॥

(இ-ள்) சக்தி(குண்டலி)யின் மத்தியில் மனதைச் செய்து (மனதை அதின்வடிவாக்கி) சக்தியை மனதின் மத்தியிலுள்ளதாக்கி(சத்தியின் தியான ஆவேசத்தால் சக்தியை மனதில் ஒருமைப்படுத்தி, அதனால் குண்டலியை விழிப்பித்து)மனதால் மனதைப்பார்த்து(புத்தியை மனதாற் பார்த்தலால் ஸ்திரப்படுத்தி),பரமபதத்தை(சர்வோத்கிருஷ்டசொரூபத்தை)த் தரிசிக்க(தாரணைக்கு விஷயமாக்க)வேண்டும். எ-று. (௫௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible] ।
[illegible] ॥ ௫௫ ॥

(இ-ள்) (ஆகாயத்தைப்போல் பூர்ணமாயிருக்கும் பிரமமாகிய)ஆகாயத்தின் மத்தியில் ஆத்துமாவை(சுவசொரூபத்தை)ப் பாவி. அதாவது பிரமம் நானென்று பாவி. ஆத்துமாவில்(சொரூபத்தில்) ஆகாயத்தை(பூரணப்பிரமத்தை) பாவி. அதாவது நான் பிரமமென்று பாவி. எல்லாவற்றையும் ஆகாயமாகச் செய்து(பிரம

மயமாகப் பாவித்து)ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது. (நான் பிரமமென்னும் தியானத்தையும் விடவேண்டும் என்பது பொருள்.) எ-று. (௫௫)

(அ-கை) இப்படிச்சமாகிதனு (சமாதியடைந்தவனு) க்குச் சொரூபத்தில் நிலைத்தலைக் கூறுகின்றார்.

அந்தஃஶூந்யோ பஹிஃஶூந்யஃ ஶூந்யஃ கும்ப இவாம்பரே । அந்தஃபூர்ணோ பஹிஃபூர்ணஃ பூர்ணஃ கும்ப இவார்ணவே ॥ ॥ ௫௬ ॥

(இ-ள்) உள்ளே (அந்தக்கரணத்தில்) சூனியமாம். [பிரமத்திற்கந்நியமாகிய விருத்தியில்லாமையால் துவிதீய(இரண்டாவது)சூனியமாம்]. அந்தக்கரணத்திற்கு வெளியிலும்[துவிதீய(இரண்டாவதின்)தரிசனமில்லாமையால்] சூனியமாம். ஆகாயத்திலிருக்கும் கும்பம் உள்ளும்வெளியும் சூனியமாயிருத்தல்போல் சூனியமாம். (பிரமாகாரவிருத்தியிருத்தலால் அல்லது அது பிரமத்திற்கு வாசயாயிருத்தலால்) உள்ளே (அந்தக்கரணத்தில் அல்லது இதயாகாசத்தில்)பூரணமாம். (சத்தையினால் பிரமத்திற்கந்நியமாகிய விருத்தியின்மையால் அல்லது பிரமம் பூரணமாயிருத்தலால்)வெளியில்(அந்தக்கரணத்திற்கு வெளியில் அல்லது இருதயாவகாசத்திற்கு வெளியில்)பூரணமாம். சமுத்திரத்திலிருக்கும் கடம்போல் பூரணமாம். (சமுத்திரத்திலிருக்கும் கடம் முற்றிலும் சலத்தால் நிறைந்திருத்தல்போல் சமாதிநிஷ்டனாகிய யோகி பிரமத்தால் பூரணனாகின்றான் என்பது பொருள்.) எ-று. (௫௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

பாஹ்யசிந்தா ந கர்தவ்யா ததைவாந்தரசிந்தநம் । ஸர்வசிந்தாம் பரித்யஜ்ய ந கிஞ்சிதபி சிந்தயேத் ॥

(இ-ள்) சமாதியடைந்தயோகியால் பாகிய(புறச்) சிந்தை செய்யத்தக்கதன்று. அப்படியே ஆந்தரசிந்தனமும் (பாகியசி

ந்தனம்போல் மனதினால் கற்பிக்கப்பட்ட உயர்ந்த இன்பகரமான மாளிகை, வீதிமுதலியவற்றின் சிந்தனமும்) செய்யத்தக்கதன்று. (பாகியாந்தரமாகிய) சருவசிந்தனத்தையும் விட்டு, ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது. எ-று.

ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது என்றமையால் பரவைராக்கியத்தால் ஆத்துமாகார விருத்தியையும் விடவேண்டும். அதை விட்டால் சொரூபத்தில் நிலைத்தலாகிய ஜீவன்முக்தியுண்டாகுமென்பது கருத்து. (ருஎ)

(அ-கை) பாகியாந்தரசிந்தையை விடுதலால் சாந்தியுண்டாகின்றதென்பதில் வசிஷ்டாது வாக்கியத்தைப் பிரமாணமாகக்கூறுகின்றார்.

ஸங்கல்பமாத்ரகலனைவ ஜகத்ஸமக்ரம் ஸங்கல்பமாத்ரகலனைவ மனோவிலாஸ꞉ ।
ஸங்கல்பமாத்ரமதிமுத்ஸ்ருஜ நிர்விகல்பமாஶ்ரித்ய நிஶ்சயமவாப்னுஹி ராம ஶாந்திம் ॥ (ருஅ)

(இ-ள்) மானஸிகவியாபாரமாகிய சங்கற்பமாத்திரத்தின் சிருஷ்டியே தோன்றுகின்ற இவ்வெல்லா ஜெகத்துமாம். (பாகியப்பிரபஞ்சம் மனோமாத்திர கற்பிதமென்பது பொருள்.) மனதின் விலாசம் (உயர்ந்த இன்பகரமான மாளிகை, வீதிமுதலிய நாநாவிஷயாகார கற்பனை) சங்கற்பமாத்திர சிருஷ்டியே. (மானசப்பிரபஞ்சமும் சங்கற்பமாத்திர சிருஷ்டியேயாமென்பது பொருள்.) சங்கற்பமாத்திர (பாகியாந்தரப்பிரபஞ்ச)த்தில் உள்ள மதி(சத்தியத்தன்மையாகிய புத்தி)யை விடுக. அப்போது செய்யவேண்டியது யாதெனின்? (ஆத்துமாவினிடத்துள்ள கர்த்திருத்துவ போக்திருத்துவசுகித்துவங்களும், சஜாதியவிஜாதிய சுவகதபேதமும், தேசகால வஸ்துபரிச்சேதமுமாகிய கற்பனையென்னும் விசிஷ்டகற்பனையாகிய விகற்பமின்றிய) நிருவிகற்ப ஆத்துமாவை ஆசிரயித்து (தாரணை முதலியவற்றிற்கு விஷயமாக்கி), இராமா! நிச்சயமாகிய (சந்தேகமின்றிய) சாந்தி (பரமஉபரதி)யை அடைவாய். எ-று.

சாந்தியால் சுகத்தையும் அடைவாயென்பது கருத்து. அது "நசாபாவயத: ஶாந்திரஶாந்தஸ்ய குத: ஸுகம் || ஆத்துமாவைப் பாவி(தியானி)க்காதவனுக்குச் சாந்தியேது? சாந்தியில்லாதவனுக்குச் சுகமேது?" என்று பகவானால் வெகிரேகமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(அ-கை) இதுவுமது.

கர்பூரமநலே யத்வத்ஸைந்தவம் ஸலிலே யதா | ததா ஸந்தீயமானம் ச மனஸ்தத்த்வே விலீயதே || || ௫௯ ||

(இ-ள்) எப்படி அக்கினியிற் பொருந்தப்பட்ட கர்ப்பூரம் விசேஷமாய் இலய(அக்கினிவடிவ)மாகின்றதோ, எப்படி ஜலத்திற் சேர்க்கப்படும் உப்பு தன் வடிவத்தைவிட்டு ஜலவடிவமாகின்றதோ, அதுபோல் ஆத்துமாவாகிய தத்துவத்தில் சேர்க்கப்படும் மனம் ஆத்துமாகாரமாகின்றது. எ-று. (௫௯)

(அ-கை) மனம் இலயமானால் துவைதமும் இலயமாகுமென்று மூன்று சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

ஜ்ஞேயம் ஸர்வம் ப்ரதீதம் ச ஜ்ஞானம் ச மன உச்யதே |
ஜ்ஞானம் ஜ்ஞேயம் ஸமம் நஷ்டம் நான்ய: பந்தா த்விதீயக: ||

(இ-ள்) ஞேயம் ஞாதம் ஞானமென்னு மிவையாவும் (மனதின் கற்பனைமாத்திரமாயிருத்தலால்) மனமென்று சொல்லப்படுகின்றன. ஞானமும் ஞேயமும் சமமாக மனதோடு இலயமாகுமாயின் இரண்டாவது வழி(மனோவிஷயம்) வேறு இல்லை. (துவைதமில்லை யென்பது பலிதார்த்தம்.) எ-று. (௬0)

(அ-கை) இதுவுமது.

மனோத்ருஶ்யமிதம் ஸர்வம் யத்கிஞ்சித்ஸசராசரம் | மனஸோ ஹ்யுன்மனீபாவாத் த்வைதம் நைவோபலப்யதே ||

||௬௧||

(இ-ள்) தோற்றுகின்ற இந்த யாதொரு சராசரமாகிய ஜகத்துமுழுவதும் மனோதிரிசியமாம். (மனதால் தோற்றப்படுவதாம். அதாவது மனதின் சங்கற்பமாத்திரத்தாலாமென்பது பொருள்). மனதின் உன்மனீபாவத்தால் (விலயத்தால்) துவைதம் (பேதம்) தோற்றுகிறதில்லை. (துவைதப்பிரமை தோற்றுதற் கேதுவாகிய மனதின் சங்கற்பமில்லாமையால்.) எ-று.

மனதின் சங்கற்பம் இருந்தால் தோற்றுகின்றது; இல்லாவிட்டால் தோற்றுகிறதில்லை. ஆகையால் சகலஜகத்தும் பிரமமே (பிராந்தியே); பிராந்தித்தோற்றமுள்ள சரீரமுடையதாயிருத்தலால் பிராந்திக்கு அதிஷ்டானமாகிய பிரமம்(ப்ரஹ்மம்) சத்தியமென்று அங்கீகரித்திருத்தலால் பௌத்தமதப் பிரசங்கமில்லை. (௬௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஜ்ஞேயவஸ்துபரித்யாகாத் விலயம் யாதி மானஸம் । மனஸோ விலயே ஜாதே கைவல்யமவஶிஷ்யதே ॥ ௬௨ ॥

(இ-ள்) ஞேயவஸ்துவை (ஞானத்திற்கு விஷயமாகும் நாமரூபாத்துமகமாகிய சகலசராசரத்தையும்) விடுதலால் மனது சச்சிதானந்த வடிவமாகிய ஆத்துமாகாரமாகின்றது. மனது இலயமாகுங்கால் கைவல்லியம் மிஞ்சுகின்றது. (அத்துவிதிய ஆத்துமசொரூபம் மிஞ்சுகின்றது என்பதுபொருள்.) (௬௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஏவம் நாநாவிதோபாயா: ஸம்யக்ஸ்வானுபவான்விதா: । ஸமாதிமார்கா: கதிதா: பூர்வாசார்யைர்மஹாத்மபி: ॥ ௬௩ ॥

(இ-ள்) இப்படி (அந்தர்லட்சியம் பஹிர்திருஷ்டி என்னுமிவைமுதலிய முற்கூறிய பிரகாரத்தால்) மகாத்துமாக்களாகிய (சமாதிபரிசீலனத்தால் சுத்தமான ஆத்துமாவையும், அந்தக்க

ரணத்தையுமுடையவர்களாகிய) மச்சேந்திரர்முதலிய பூர்வாசாரியர்களால் நாநாவித உபாய(சாதன)ங்களையுடையனவும், செவ்வையான (சமுசயவிபரீதமின்றிய) சுவா (ஆத்துமா)நுபவத்தோடு கூடியனவுமாகிய (சித்தவிருத்தி நிரோதமென்னும்) மாதியையடையும் மார்க்கங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. எ-று.

(௬௩)

(அ-கை) சுழுமுனை முதலியவற்றால் கிருதகிருத்தியராகியவர், அவற்றை வணங்குகிறார்.

𑌸𑍁𑌷𑍁𑌮𑍍𑌨𑌾𑌯𑍈 𑌕𑍁𑌣𑍍𑌡𑌲𑌿𑌨𑍍𑌯𑍈 𑌸𑍁𑌧𑌾𑌯𑍈 𑌚𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰
𑌜𑌨𑍍𑌮𑌨𑍇 । 𑌮𑌨𑍋𑌨𑍍𑌮𑌨𑍍𑌯𑍈 𑌨𑌮𑌸𑍍𑌤𑍁𑌭𑍍𑌯𑌂 𑌮𑌹𑌾𑌶𑌕𑍍𑌤𑍍𑌯𑍈
𑌚𑌿𑌦𑌾𑌤𑍍𑌮𑌨𑍇 ॥ ॥ ௬௪ ॥

(இ-ள்) சுழுமுனையும், ஆதாரசக்தியாகிய குண்டலியும், புருவநடுவிலுள்ள சந்திரனினின்றுண்டாகும் அமிர்தமும், துரியாவஸ்தையாகிய மனோன்மனியும், ஜடமாகிய காயேந்திரிய மனதுகளுக்குச் சேதனத்தன்மையைச் சம்பாதிப்பதாயிருத்தலால் சர்வோத்தமமாகிய சிற்சக்தியும், சித்தாகிய ஆத்துமசொரூபமுமாகிய உமக்கு நமஸ்காரம். எ-று. (௬௪)

சமாதியுபாயம்.

(அ-கை) நாநாவிதமாகிய சமாதியுபாயங்களைக்கூறி நாதாநுசந்தானரூபமாகிய முக்கிய உபாயத்தைப் பிரதிஞ்ஞைசெய்கின்றார்.

𑌅𑌶𑌕𑍍𑌯𑌤𑌤𑍍𑌤𑍍𑌵𑌬𑍋𑌧𑌾𑌨𑌾𑌂 𑌮𑍂𑌢𑌾𑌨𑌾𑌮𑌪𑌿 𑌸𑌂𑌮𑌤𑌮𑍍 ।
𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌂 𑌗𑍋𑌰𑌕𑍍𑌷𑌨𑌾𑌥𑍇𑌨 𑌨𑌾𑌦𑍋𑌪𑌾𑌸𑌨𑌮𑍁𑌚𑍍𑌯
𑌤𑍇 ॥ ॥ ௬௫ ॥

(இ-ள்) விற்பத்தியில்லாமையால் தத்துவஞான சாமர்த்தியமில்லாத மூடர்களுக்கும் சம்மதமாகிய கோரக்கநாதரால் சொல்லப்பட்ட நாதவுபாசனை (நாதாநுசந்தானம்) சொல்லப்படுகின்றது. எ-று. (௬௫)

மூடர்களுக்கும் என்ற உம்மையால் படித்தவர்களுக்குக் கேட்பானேன் என்பது அறியப்படுகின்றது. கோரக்கநாதராற் சொல்லப்பட்டதென்பதனால், பெரியோர்களாற் கூறப்பட்டமையால் இது கொள்ளத்தக்கதாமென்பது அறியப்படுகின்றது. (௬௫)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌶𑍍𑌰𑍀𑌨𑌾𑌥𑍇𑌨 𑌸𑌪𑌾𑌦𑌕𑍋𑌟𑌿𑌲𑌯𑌪𑍍𑌰𑌕𑌾𑌰𑌾𑌃 𑌕𑌥𑌿𑌤𑌾
𑌜𑌯𑌨𑍍𑌤𑌿 । 𑌨𑌾𑌦𑌾𑌨𑍁𑌸𑌨𑍍𑌧𑌾𑌨𑌕𑌮𑍇𑌕𑌮𑍇𑌵 𑌮𑌨𑍍𑌯𑌾𑌮𑌹𑍇
𑌮𑍁𑌖𑍍𑌯𑌤𑌮𑌂 𑌲𑌯𑌾𑌨𑌾𑌮𑍍 ‖ ‖ ௬௬ ‖

(இ-ள்) ஸ்ரீ ஆதிநாதராகிய பரமேசுவரனாற் சொல்லப்பட்ட ஒன்றேகாற்கோடி இலயப்பிரகாரங்கள் (சித்தலயசாதன பேதங்கள்) சிலாக்கியமாயிருக்கின்றன. அவற்றுள் (*) நாதாநுசந்தான மொன்றையே எல்லாவற்றிற்கும் பிரதானமாக அறிகிறோம். எ-று.

சிரேஷ்டமான இலயசாதனங்க ளெல்லாவற்றினும் மேலானதாயும் கோரக்கரால் சம்மதிக்கப்பட்டதாயு மிருத்தலால் நாதாநுசந்தானமே அவசியம் விதிக்கப்பட்டதாமென்பது கருத்து.

(அ-கை) சாம்பவிமுத்திரையின் நாதாநுசந்தானத்தைக் கூறுகின்றார்.

𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑌾𑌸𑌨𑍇 𑌸𑍍𑌥𑌿𑌤𑍋 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌮𑍁𑌦𑍍𑌰𑌾𑌂 𑌸𑌨𑍍𑌧𑌾𑌯 𑌶𑌾𑌮𑍍𑌭
𑌵𑍀𑌮𑍍 । 𑌶𑍃𑌣𑍁𑌯𑌾𑌦𑍍𑌦𑌕𑍍𑌷𑌿𑌣𑍇 𑌕𑌰𑍍𑌣𑍇 𑌨𑌾𑌦𑌮𑌨𑍍𑌤𑌃𑌸𑍍𑌥𑌮𑍇
𑌕𑌧𑍀𑌃 ‖ ‖ ௬௭ ‖

---

* இது ஸ்ரீ சங்கரபகவத்பாதாசாரியர்களாலும் யோகதாராவளியில் "உலகத்தில் சதாசிவனாற் சொல்லப்பட்ட ஒன்றேகால் இலக்ஷம் இலயங்களிருக்கின்றன. அவ்விலயங்களெல்லாவற்றுள்ளும் நாதாநுசந்தானசமாதி யொன்றையே யான் மதிக்கின்றேன்." என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) முக்தா(ஸித்தா)சனத்திலிருக்கும் யோகி சாம்பவிமுத்திரையைச் செய்து, ஏகாக்கிரசித்தனாய் வலதுகாதில் சுழுமுனை நாடியிலுள்ள நாதத்தைக் கேட்கக்கடவன். எ-று.

அது திரிபுராசாரசமுச்சயத்தில் "ஆதௌ மத்தாலிமாலாஜநிதரவஸமஸ்தாரஸம்ஸ்தாரகாரீ நாதோऽஸௌ வாம்ஶிகஸ்யாநிலபரிதஜயவம்ஶநி:ஸ்வநோऽத: । கண்டாநாதாநுகாரீ ததநு ஜலநிதித்வாநதீரோ கபீரோ கர்ஜத்பர்ஜந்யகோஷ: பர இஹ குஹரே வர்த்ததே ப்ரஹ்மநாட்யா: ॥ இந்நாதம் முதலில் மதுவுண்ட வண்டுக்கூட்டங்களாலுண்டாகும் சப்தத்திற்குச் சமான சப்தசம்ஸ்காரத்தைச் செய்வதாயும், அதன்பின் மூங்கில் கூட்டங்களின் காற்று நிரம்பிவிளங்கும் மூங்கிலின் நாதத்திற்குச் சமானமானதாயும், கண்டாநாதத்தின் எதிரொலியாயும், சமுத்திரத்தின் தீரமான ஒலியாயும், கம்பீரமாய் (மிகக்கடுமையாய்)க் கர்ஜிக்கும் இடியின் ஓசையாயும் பிரமநாடியின் இந்த மேலாகிய இரந்திரத்தில் இருக்கின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௬௭)

பராங்முகி முத்திரை.

(அ-கை) பராங்முகிமுத்திரையால் நாதாநுசந்தானத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஶ்ரவணபுடநயநயுகலக்ராணமுகாநாம் நி
ரோதநம் கார்யம் । ஶுத்தஸுஷும்நாஸரணௌ ஸ்பு
டமமல: ஶ்ரூயதே நாத: ॥ ॥ ௬௮ ॥

(இ-ள்) இரண்டுகாது இரண்டுகண் இரண்டு நாசித்துவாரம் வாய் என்னும் இவற்றைக் கைவிரல்களால் நிரோதனஞ்செய்ய (மூட) வேண்டும். அப்போது பிராணாயாமத்தாற் சுத்தமாயிருக்கும் சுழுமுனைமார்க்கத்தில் அமலமாகிய (களங்கமின்றிய) நாதம் ஸ்புடமாய் (வியக்தமாய்=வெளிப்படையாய்)க் கேட்கப்படுகின்றது. எ-று.

நிரோதனம் செய்யும் தன்மை "அங்குஷ்டாப்யாம் உபே ச்ரோத்ரே தர்ஜநீப்யாம் த்வ லோசநே । நாஸாபுடௌ ததாந்யாப்யாம் ப்ரச்சாத்ய கரணாநி வை ॥ பெருவிரல்களால் இரண்டுகாது களையும் சுட்டுவிரல்களால் இரண்டு கண்களையும் மோதிரவிரல்க ளால் இரண்டு நாசிகளையும் மூடி, சகாரத்தால் (உம்மையால்) ம ற்றவிரல்களால் வாயையும் மூடி" என்பதினுலறிக. இதை ஷண்முகிமுத்திரை என்றும் கூறுவர். (சு அ)

நாத அவஸ்தா பேதம்.

(அ-கை) இனிநாதத்தின் நான்கவஸ்தைகளைக் கூறுகின் றார்.

ஆரம்பஸ்ச கடஸ்சைவ ததா பரிசயோऽபி ச ।
நிஷ்பத்தி: ஸர்வயோகேஷு ஸ்யாதவஸ்தா சதுஷ்டயம் ॥ சுகூ ॥

(இ-ள்) ஆரம்பாவஸ்தை, கடாவஸ்தை, பரிசயாவஸ்தை, நிஷ்பத்தியவஸ்தை யென்று (சித்தவிருத்தி நிரோதஉபாயங்க ளாகிய சாம்பவிமுதலிய) சகல யோகங்களிலும் நான்கு அவஸ் தை (வியவஸ்தை) களிருக்கின்றன. எ-று. (சுகூ)

ஆரம்பாவஸ்தை.

(அ-கை) அவற்றுள் ஆரம்பாவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

ப்ரஹ்மக்ரந்தேர்பவேத்பேதோ ஹ்யாநந்த: ஸூந்ய ஸம்பவ: । விசித்ர: க்வணகோ தேஹேऽநாஹத: ஸ்ரூயதே த்வநி: ॥ ॥ எ0 ॥

(இ-ள்) அநாஹதசக்கிரத்திலிருக்கும் பிரமகிரந்தியின் பேதம் (பிராணுப்பியசத்தாற்பேதித்தல்) எப்போது உண்டா கின்றதோ, அப்போது ஆநந்தத்தைத் தருவதும், சூனிய (இரு தயாகாய) த்திலுண்டாவதும், நாநாவிதக்கிண்கிணிச் சத்தம் போன்றதுமாகிய அநாஹதத்துவனி (ஒலி) தேகத்தின் மத்தியி ல் கேட்கப்படுகின்றது. எ-று. (எ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

திவ்யதேஹஶ்ச தேஜஸ்வீ திவ்யகந்தஸ்த்வரோகவாந் ।
ஸம்பூர்ணஹ்ருதய: ஶூந்ய ஆரம்பே யோகவாந்
பவேத் ॥ ॥௭௧ ॥

(இ-ள்) சூன்யமாகிய இருதயாகாசத்தில் நாதாரம்பமுண்டாகின்றது. அப்போது பிராணவாயுவால் நன்றாய்ப் பூரணமாகிய யோகியானவன் திவ்விய (ரூபலாவண்ணியபலமுள்ள) தேகமுடையவனும், பிரதாபமுடையவனும், திவ்விய (உத்தமமாகிய) கந்தமுள்ளவனும், ரோகமில்லாதவனுமாவன். (௭௧)

இருதயாகாசம் விசுத்தாகாசம் புருவமத்தியாகாசம் என்னுமிவை யோகிகளால் சூனியம் அதிசூனியம் மகாசூனியமென்னும் சொற்களால் விவகரிக்கப்படுகின்றன.

கடாவஸ்தை.

(அ-கை) கடாவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

த்விதீயாயாம் கடீக்ருத்ய வாயுர்பவதி மத்யக: ।
த்ருடாஸநோ பவேத்யோகீ ஜ்ஞாநீ தேவஸமஸ்ததா ॥

(இ-ள்) இரண்டாவதாகிய கடாவஸ்தையில் வாயு (பிராணன்) ஆத்துமாவோடு நாதபிந்துக்களை ஒருமைப்படுத்திக், கண்டஸ்தானத்திலிருக்கும் மத்தியசக்கிரத்தி லுள்ளதாகுங்கால், யோகி (யோகாப்பியாசி) திட(ஸ்திர)சனமுள்ளவனாய், ஞானியாய்(முன்னிலுமதிக புத்திசாமர்த்தியமுடையவனாய்), ரூபலாவண்ணிய மிகுதிப்பாட்டால் தேவர்களுக்குச்சமானமாகின்றான். எ-று

அது ஈசுவரனாற்சொல்லப்பட்ட இராஜயோகத்தில், ப்ராணாபாநௌ நாதபிந்தூ ஜீவாத்மபரமாத்மநோ: । மிலித்வா கடதே யஸ்மாத்தஸ்மாத்வை கட உச்யதே ॥ பிராணாபானனும், நாதவிந்துவும் ஜீவாத்துமபரமாத்துமாக்களுஞ் சேர்ந்து கடித்த(நிகழ்த)

லால் அது கடமெனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௭௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌵𑌿𑌷𑍍𑌣𑍁𑌗𑍍𑌰𑌨𑍍𑌥𑍇𑌸𑍍𑌤𑌤𑍋 𑌭𑍇𑌦𑌾𑌤𑍍𑌪𑌰𑌮𑌾𑌨𑌨𑍍𑌦𑌸𑍂𑌚𑌕𑌃 । 𑌅
𑌤𑌿𑌶𑍂𑌨𑍍𑌯𑍇 𑌵𑌿𑌮𑌰𑍍𑌦𑌶𑍍𑌚 𑌭𑍇𑌰𑍀𑌶𑌬𑍍𑌦𑌸𑍍𑌤𑌦𑌾 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 ॥ ௭௩ ॥

(இ-ள்) அதன்பின் (பிரமகிரந்தியைப் பேதித்தபின்) கண்டத்திலிருக்கும் விஷ்ணுகிரந்தியைக் கும்பகத்தால் பேதித்தலால், இனியுண்டாகும் பிரமாநந்தத்தைச் சூசிப்பிப்பதாய் அதிசூனியத்தில் (கண்டாவகாசத்தில்) அநேகநாதமுழக்கமும் பேரிசப்தமும் அப்போதுண்டாகின்றது. எ-று. (௭௩)

(அ-கை) பரிசயாவஸ்தையை இரண்டாஞ் சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

𑌤𑍃𑌤𑍀𑌯𑌾𑌯𑌾𑌂 𑌤𑍁 𑌵𑌿𑌜𑍍𑌞𑍇𑌯𑍋 𑌵𑌿𑌹𑌾𑌯𑍋𑌮𑌰𑍍𑌦𑌲𑌧𑍍𑌵
𑌨𑌿𑌃 । 𑌮𑌹𑌾𑌶𑍂𑌨𑍍𑌯𑌂 𑌤𑌦𑌾 𑌯𑌾𑌤𑌿 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌸𑌿𑌦𑍍𑌧𑌿𑌸𑌮𑌾𑌶𑍍𑌰𑌯𑌂 ॥

(இ-ள்) மூன்றாவது பரிசயாவஸ்தையில் புருவநடுவாகாசத்தில் மத்தளத்தொனிபோன்ற நாதம் விசேஷமாய் அறியத்தக்கதாகின்றது. அப்போது (அவ்வவஸ்தையில்) பிராணன் அணிமாதி சகலசித்திகளுக்கும் ஆசிரயமாகிய மகாசூனியமென்னும் புருவநடுவாகாசத்தை அடைகின்றது. எ-று (௭௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌾𑌨𑌨𑍍𑌦𑌂 𑌤𑌦𑌾 𑌜𑌿𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌸𑌹𑌜𑌾𑌨𑌨𑍍𑌦𑌸𑌂𑌭𑌵𑌃 । 𑌦𑍋
𑌷𑌦𑍁𑌃𑌖𑌜𑌰𑌾𑌵𑍍𑌯𑌾𑌧𑌿𑌕𑍍𑌷𑍁𑌧𑌾𑌨𑌿𑌦𑍍𑌰𑌾𑌵𑌿𑌵𑌰𑍍𑌜𑌿𑌤𑌃 ॥ ௭௫ ॥

(இ-ள்) அப்போது யோகி சித்தாநந்தத்தை(நாதவிஷயாந்தக்கரணவிருத்திஜந்நியசுகத்தை) ஜெயித்துச், சுபாவிகமாகிய ஆத்துமசுகத்தின் ஆவிற்பாவமுடையவனாய் வாதபித்தகபதோ

ஷங்கள், அவற்றாலுண்டாகிய துக்கம் (அத்தியாத்துமமுதலிய வேதனை), மூப்பு, வியாதி, பசி, நித்திரை யென்னுமிவைகளில்லாதவனாகின்றான். எ-று (௭௫

(அ-கை) அப்போதெனின், எப்போதென்று கேட்குமிடத்துக் கூறுகின்றார்.

𑌰𑍁𑌦𑍍𑌰𑌗𑍍𑌰𑌨𑍍𑌥𑌿𑌂 𑌯𑌦𑌾 𑌭𑌿𑌤𑍍𑌵𑌾 𑌶𑌰𑍍𑌵𑌪𑍀𑌠𑌗𑌤𑍋𑌽𑌨𑌿𑌲𑌃 ॥

(இ-ள்) எப்போது ஆக்ஞைசக்கிரத்திலுள்ள உருத்திரகிரந்தியைப் பேதித்துப் பிராணன் ஈசுவரபீடமாகிய புருவநடுவை அடைந்ததாகின்றதோ அப்போது. எ-று (௭௫௨)

நிஷ்பத்தியவஸ்தை

(அ-கை) நிஷ்பத்தியவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

𑌨𑌿𑌷𑍍𑌪𑌤𑍍𑌤𑍌 𑌵𑍈𑌣𑌵𑌃 𑌶𑌬𑍍𑌦𑌃 𑌕𑍍𑌵𑌣𑌦𑍍𑌵𑍀𑌣𑌾𑌕𑍍𑌵𑌣𑍋 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 ॥ ॥ ௭௬ ॥

𑌏𑌕𑍀𑌭𑍂𑌤𑌂 𑌤𑌦𑌾 𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌂 𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌾𑌭𑌿𑌧𑌾𑌨𑌕𑌮𑍍 ।
𑌸𑍃𑌷𑍍𑌟𑌿𑌸𑌂𑌹𑌾𑌰𑌕𑌰𑍍𑌤𑌾𑌽𑌸𑍌 𑌯𑍋𑌗𑍀𑌶𑍍𑌵𑌰𑌸𑌮𑍋 𑌭𑌵𑍇𑌤𑍍 ॥ ॥ ௭௭ ॥

(இ-ள்) நிஷ்பத்தியவஸ்தையில் வேணுநாதமும் க்வண என்று சப்திக்கின்ற வீணாநாதமும் உண்டாகின்றது. அப்போது (அவ்வவஸ்தையில்) சித்தம் (விஷயவிஷயிகளின் அபேத உபசாரத்தால்) ஒரு விஷயிவடிவமாகின்றது. அது இராஜயோகமென்னும் பெயருடையதாம். (சித்தத்தின் ஏகாக்கிரத் தன்மையே இராஜயோகமென்பது பொருள்.) இந்த (நாதாநுசந்தான பரனாகிய) யோகி சிருஷ்டிசங்கார கர்த்தாவாய் ஈசுவரசமனாகின்றான். எ-று.

பிராணன் பிரமரந்திரத்திற் செல்லுங்கால் நிஷ்பத்தியவஸ்தை யுண்டாகின்றது. (௭௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌅𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌵𑌾 𑌮𑌾𑌸𑍍𑌤𑍁 𑌵𑌾 𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑌿 𑌰𑌤𑍍𑌰𑍈𑌵𑌾𑌖𑌣𑍍𑌡𑌿𑌤𑌂 𑌸𑍁-
𑌖𑌂 | 𑌲𑌯𑍋𑌦𑍍𑌭𑌵𑌮𑌿𑌦𑌂 𑌸𑍌𑌖𑍍𑌯𑌂 𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌾𑌦𑌵𑌾𑌪𑍍𑌯
𑌤𑍇 || || எகூ ||

(இ-ள்) மோக்ஷமிருக்கட்டும் அல்லது இல்லாதிருக்கட்டும். இதிலேயே அகண்டிதமாகிய சுகமிருக்கின்றது. இலயத்தாலுண்டாகும் இந்தச்சௌக்கியம் இராஜயோகத்தாலடையப்படுகின்றது. எ-று. (எஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌮𑌜𑌾𑌨𑌨𑍍𑌤𑌃 𑌕𑍇𑌵𑌲𑌂 𑌹𑌠𑌕𑌰𑍍𑌮𑌿𑌣𑌃 | 𑌏-
𑌤𑌾𑌨𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑌿𑌨𑍋 𑌮𑌨𑍍𑌯𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌯𑌾𑌸𑌫𑌲𑌵𑌰𑍍𑌜𑌿𑌤𑌾𑌨𑍍 ||

(இ-ள்) இராஜயோகத்தை யறியாதவர்களாய் ஹடகர்மத்தைமாத்திரமுடைய இவ்வப்பியாசிகளைப் பிரயாசத்தின் பலமில்லாதவர்களாக மதிக்கிறேன். எ-று. (எகூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌉𑌨𑍍𑌮𑌨𑍍𑌯𑌵𑌾𑌪𑍍𑌤𑌯𑍇 𑌶𑍀𑌘𑍍𑌰𑌂 𑌭𑍍𑌰𑍂𑌧𑍍𑌯𑌾𑌨𑌂 𑌮𑌮 𑌸𑌮𑍍𑌮𑌤𑌂 |
𑌰𑌾𑌜𑌯𑍋𑌗𑌪𑌦𑌂 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌪𑍍𑌤𑍁𑌂 𑌸𑍁𑌖𑍋𑌪𑌾𑌯𑍋𑌽𑌲𑍍𑌪𑌚𑍇𑌤-
𑌸𑌾𑌂 | 𑌸𑌦𑍍𑌯𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌤𑍍𑌯𑌯𑌸𑌨𑍍𑌧𑌾𑌯𑍀 𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 𑌨𑌾𑌦𑌜𑍋 𑌲-
𑌯𑌃 || || அ० ||

(இ-ள்) சீக்கிரம் உன்மனியவஸ்தையை யடையும்பொருட்டு புருவநடுவில் தியானித்தல் சுவாத்துமாராமனாகிய* எனக்கு

* இப்படியே இலயங்களுள் புருவமத்திய நாட்டமே மேலானதென்று கூறும் ஹடதீபிகைகாரர்மதமே எமதுமதமென்றார் ஹடரத்நாவளிக்காரர்.

ச் சம்மதம். இது (புருவ நடுத்தியானம்) † இராஜயோகபதத்தை துரியாவஸ்தையை அடைவதற்கு அற்பபுத்தியுடையவர்களுக்கும் சுகமாய்ச் சாதிக்கத்தக்க உபாயமாம். (மற்றவர்களுக்குச் சொல்லுவானேனென்பது அபிப்பிராயம்.) நாதத்தினு லுண்டாகும் சித்தவிலயம் பிரத்தியய(ஞான)த்தைச் செவ்வையாய்த் தருவதாகின்றது. எ-று. (அ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

நாதாநுஸந்தாந ஸமாதிபாஜாம் யோகீஶ்வராணாம் ஹ்ருதிவர்த்தமானம் । ஆநந்தமேகம் வசஸாமகம்யம் ஜாநாதி தம் ஶ்ரீகுருநாத ஏக: ॥ ௮௧॥

(இ-ள்) நாதாநுசந்தானத்தால் சமாதியை (ஏகாக்கிரத்தன்மையை) அடையும் யோகீசுவரர்களது இருதயத்தில் விருத்தியாகும் இது வென்று வாக்கினுற் சொல்லக்கூடாத யோகசாஸ்திரப்பிரசித்தமாகிய முக்கிய ஆநந்தத்தை அநந்நியராகிய ஸ்ரீ குருநாதரே அறிவர். எ-று.

இதனுல் நாதாநுசந்தான ஆநந்தம் குருவினுலறியத்தக்கதேயாமென்பது சூசிப்பிக்கப்பட்டது. (அக)

(அ—கை) நாதாநுசந்தானத்தால் பிரத்தியாகாராதிக் கிரமமாகச் சமாதியைக் கூறுகின்றூர்.

கர்ணௌ பிதாய ஹஸ்தாப்யாம் ய: ஶ்ருணோதி த்வனிம் முநி: । தத்ர சித்தம் ஸ்திரீகுர்யாத் யாவத் ஸ்திரபதம் வ்ரஜேத் ॥

---

* யோகங்களுக்கெல்லாம் இராஜாவாயிருத்தலால் இராஜயோகமாம். இது "யோகங்களுக்கெல்லாம் இராஜாவாயிருத்தலால் இராஜயோகமெனப்படும்; அல்லது ஜீவர்களுக்கு இராஜாவை (விளங்கிக்கொண்டிருக்கும் அவ்வியயமாகிய பரப்பிரமத்தை) யடைவிப்பது எதுவோ, அது இராஜயோகமெனப்படும்" என்று வாமதேவமகேசுவரசம்வாதமாகிய யோகாப்பியாசத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) முனி (மனனசீலர்களாகியயோகி) களால் கைப் பெருவிரல்களால் இரண்டு காதுகளையும் மூடுவதனால் எந்தத் துவனி கேட்கப்படுகின்றதோ, அந்தத் தொனியால் சித்தத்தை ஸ்திரபதமாகிய துரியத்தையடையும்வரையில் ஸ்திரப்படுத்த வேண்டும். எ-று.

அது, "துரியாவஸ்தை சித்தை வெளிப்படுத்தும் நாதத்தின்வேதன மெனப்படும். நாதாநுசந்தானத்தால் வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையும் அணிமாதிகளும் உண்டாகின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது திரிபுராசாரசமுச்சயத்திலும் "[Grantha text] ‖ சுராரஜகுமாரவைரிரந்திரத்தில் தனது கைப்பெருவிரல்களிரண்டினால் நிரோதித்து, உள்ளேபரவும் சமுத்திரம்போன்ற நிர்மாணநாதத்தைச் சீக்கிரமாக மனிதன் கேட்கிறான். அதனால் எவனுக்குச் செவ்வையாய் எழும்பிய நாதமும் வாயுவும் சகஜமாய் ஜயிக்கப் பட்டவைகளாகின்றனவோ, அந்த மஹாகுணேதயமுள்ளவனுக்கு அணிமாதிகுணங்களும் அளவிறந்தபுண்ணியமு முண்டாகின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சுராராஜன்=இந்திரன், அவன் குமாரன்=அர்ச்சுனன், அவன் வைரி=கர்ணன் அக்கர்ணரந்திரத்தில்=காதின் துவாரத்தில் என்பது பொருள்.)

(அ-கை) இதுவுமது.

[Grantha text] ‖ ௮௫ ‖

(இ-ள்) அப்பியாசிக்கப்படும் இந்த (அநாஹதமென்னும்) நாதம்பாகிய வெளியிலுண்டாகும் சுரோத்திரத்திற்கு விஷயமாகின்ற) தொனியைச் சூழ்கின்றது. யோகி (நாதாப்பியாசி) ஒரு பக்ஷ(அரைமாத)த்தில சகல விக்ஷேப(சித்தசாஞ்சலிய)ங்களையும் ஜெயித்துச் சுகி(நிஜாநந்தமுடையவன்)ஆகின்றான். எ-று

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌶𑍍𑌰𑍂𑌯𑌤𑍇 𑌪𑍍𑌰𑌥𑌮𑌾𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑍇 𑌨𑌾𑌦𑍋 𑌨𑌾𑌨𑌾𑌵𑌿𑌧𑍋 𑌮𑌹𑌾𑌨𑍍 । 𑌤𑌤𑍋𑌽𑌭𑍍𑌯𑌾𑌸𑍇 𑌵𑌰𑍍𑌧𑌮𑌾𑌨𑍇 𑌶𑍍𑌰𑍂𑌯𑌤𑍇
𑌸𑍂𑌕𑍍𑌷𑌮𑌸𑍂𑌕𑍍𑌷𑌮𑌕𑌃 ॥ ॥ ௮௪ ॥

(இ-ள்) முதலப்பியாசத்தில் நாநாவிதமாகிய பெரிய (சமுத்திரம் மேகம் பேரிமுதலியவற்றைப் போன்ற)நாதம் கேட்கப்படுகின்றது. பின் நாதாநுசந்தானம் விருத்தியாகுங்கால் சூட்சுமசூட்சுமமாகக் கேட்கப்படுகின்றது. எ-று. (௮௪)

(அ-கை) நாநாவித நாதத்தை இரண்டு சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

𑌆𑌦𑍌 𑌜𑌲𑌧𑌿𑌜𑍀𑌮𑍂𑌤𑌭𑍇𑌰𑍀𑌝𑌰𑍍𑌝𑌰𑌸𑌂𑌭𑌵𑌾𑌃 । 𑌮𑌧𑍍𑌯𑍇
𑌮𑌰𑍍𑌦𑌲𑌶𑌙𑍍𑌖𑍋𑌤𑍍𑌥𑌾 𑌘𑌣𑍍𑌟𑌾𑌕𑌾𑌹𑌲𑌜𑌾𑌸𑍍𑌤𑌥𑌾 ॥ ॥ ௮௫ ॥

(இ-ள்) ஆதியில்(வாயு பிரமரந்திரத்திற் செல்லுங்காலத்து) சமுத்திரம், மேகம், பேரி, சர்ச்சரம் (தனகப்பட்டையென்னும் ஓர் தோல்வாத்தியம்) என்பவற்றாலுண்டாகியவைகளைப் போன்ற நாதமும், அப்படியே மத்தியில்(பிரமரந்திரத்தில் வாயுஸ்திரப்பட்டபின்)மத்தளம், சங்கு, கண்டா(மணி), காகளம் என்பவற்றாலுண்டாகியவைகளைப் போன்ற நாதமும், எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌅𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌤𑍁 𑌕𑌿𑌙𑍍𑌕𑌿𑌣𑍀𑌵𑌂𑌶𑌵𑍀𑌣𑌾𑌭𑍍𑌰𑌮𑌰𑌨𑌿𑌃𑌸𑍍𑌵𑌨𑌾𑌃 । 𑌇𑌤𑌿
𑌨𑌾𑌨𑌾𑌵𑌿𑌧𑌾 𑌨𑌾𑌦𑌾𑌃 𑌶𑍍𑌰𑍂𑌯𑌨𑍍𑌤𑍇 𑌦𑍇𑌹𑌮𑌧𑍍𑌯𑌗𑌾𑌃 ॥ ௮௬ ॥

(இ-ள்) அந்தத்தில் (பிராணன் பிரமரந்திரத்தில் மிகவும் ஸ்திரமானபின்) கிண்கிணி, வேணு, வீணை (தந்திரி), வண்டு என்பவற்றின் சப்தங்களைப்போன்ற நாதங்களுமாக, இப்படி நாநாவிதநாதங்கள் தேகத்தின் மத்தியிலுள்ளனவாகக் கேட்கப்படுகின்றன. எ-று. (௮௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

மஹதி ஶ்ரூயமாணேபி மேகபேர்யாதிகே த்வ
நௌ | தத்ர ஸூக்ஷ்மாத் ஸூக்ஷ்மதரம் நாதமேவ பராம்ரு
ஶேத் ‖ ௮௭ ‖

(இ-ள்) மேகம் பேரிமுதலியவற்றிலுண்டாகிய சப்தம் போன்ற பெருஞ்சப்தங்கள் கேட்கப்படினும், அவற்றுள் சூட்சுமத்தினும் சூட்சுமமாகிய நாதத்தையே சிந்திக்கவேண்டும். எ-று.

சூட்சுமமாகிய நாதம் நெடுநேரமிருப்பதா யிருத்தலால் அதில் ஆசக்தமுள்ள சித்தமும் நெடுநேரம் ஸ்திரமுடையதாகு (நிலைக்கு) மென்பது கருத்து. (௮௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

கநமுத்ஸ்ருஜ்ய வா ஸூக்ஷ்மே ஸூக்ஷ்மமுத்ஸ்ருஜ்ய வா கந
நே | ரமமாணமபி க்ஷிப்தம் மநோ நாந்யத்ர சாலயே
யேத் ‖ ௮௮ ‖

(இ-ள்) (பேரிமுதலியவற்றின்) கனமாகிய நாதத்தை விட்டு சூட்சுமத்திலும் அல்லது சூட்சுமத்தைவிட்டு கனநாதத்திலுமாக இரமிப்பதாயிருக்கினும் (கனசூட்சுமமென்னும் இரண்டிலொரு நாதத்தைக் கொள்ளுதல்தள்ளுதல்களால் கிரீடிப்பதாயிருக்கினும்) விக்ஷிப்த (இராஜதத்தால் அத்தியந்தசஞ்சல) மாகிய மனதை வேறிடத்தில் (வேறுவிஷயத்தில்) செலுத்தலாகாது. எ-று.

வேறுவிஷயத்தில் ஆசக்தியுள்ள *க்ஷிப்தமனம் சமாதியடையாது. நாதங்களில் இரமிக்கும் மனமோ சமாதியடையும் என்பது கருத்து. (அஅ)

---

* க்ஷிப்தம் (உழல்நிலை), மூடம் (உறக்கநிலை), விக்ஷிப்தம் (இருமைநிலை), ஏகாக்கிரம் (ஒருவழிநிலை), நிருத்தம் (தன்னிலை) என யோக பூமிகை (அவஸ்தை) ஐந்தாம்.

(க) க்ஷிப்தம்:—ஒவ்வொரு கணத்திலும் இருவினையாகிய காற்றினால் அநுபவிக்கப்படும் பலபொருளினும் ஆசையுடையதாய் விரைவில் சுழலும்படி செலுத்தப்பட்ட மனதின் நிலைமையாம்.

(உ) மூடம்:—தூக்கம், சோம்பல், நெடுநீர்முதலியவற்றோடுங் கூடிய மனநிலையாம். (நெடுநீர்= மறிதுகாலந்தாழ்த்தல்= தாமசம். மறிது= வீண்.)

(௩) விக்ஷிப்தம்:— எப்போதாயினும் ஒருபோது சமாதியோடு கூடி, மற்றைப்போதெல்லாம் விடயங்களில் உழலுகின்ற மனநிலைமையாம். சமாதி=கருவிகரணங்களெல்லாம் தன்னிலையில் ஒத்து நிற்றல்; விடயம்= பற்றப்படும் பொருள்.

(௪) ஏகாக்கிரம்:—இயமநியமாதி அட்டாங்கயோகப் பயிற்சியின் வல்லபத்தால் ஒரே பொருளினிடத்தில் மனத்தின் ஒழுக்கமானது, இடைவிடாது தொடர்ந்து செல்லும் வெள்ளம்போல, செல்லும் நிலைமையாம். (ஒழுக்கம் என்பது இவ்விடத்தில், நடக்கும் நடை). இதில் சம்பிரஞ்ஞாதசமாதி யுண்டாகின்றது.

(௫) நிருத்தம்:—மனம், தன்னை மறந்து சோர்ந்து போகாமல் விழித்திருத்தலும், வேறொருபுறவிடயத்திலும் உணர்ச்சி பிறவாது இருத்தலும், அவ்வுணர்ச்சி யொருக்கால் வேண்டும்போது, பிறப்பதற்கு ஏதுவாகிய அதன் காரியம் வித்துப்போல வாசனைமாத்திரையில் சேடப்பட்டுக் கெடாது நிற்றலுமாகிய அந்நிலைமையாம். (சேடம்= மீதி) இதில் அசம்பிரஞ்ஞாத சமாதியுண்டாகின்றது. இதனையே யோகமென்றும் நிருவிகற்பசமாதியென்றும் கூறுவர். அவற்றுள் க்ஷிப்தம் மூடமென்னும் இரண்டவஸ்தைகளிலும் சமாதி பொருந்தாது. மூன்றாவதாகிய விக்ஷிப்தத்தில் எப்போதாயினும் ஓர் காலத்தில் சமாதியுண்டாயினும், விக்ஷேபத்தின் பிரதானத்தால் யோகபக்ஷத்தில் நிலைக்கிறதில்லை. வேகமாகிய காற்றால் விக்ஷேபிக்கப்படுந் தீபம்போல் தானே நஷ்டமாய் விடுகின்றது. ஏனையவிரண்டுமே சமாதிக்குரியனவாம்.

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌯𑌤𑍍𑌰 𑌕𑍁𑌤𑍍𑌰𑌾𑌪𑌿 𑌵𑌾 𑌨𑌾𑌦𑍇 𑌲𑌗𑌤𑌿 𑌪𑍍𑌰𑌥𑌮𑌂 𑌮𑌨𑌃 ।
𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌤𑌤𑍍𑌰 𑌸𑍍𑌥𑌿𑌰𑍀𑌭𑍂𑌯 𑌤𑍇𑌨 𑌸𑌾𑌰𑍍𑌧𑌂 𑌵𑌿𑌲𑍀𑌯𑌤𑍇 ॥

(இ-ள்) அல்லது ஏதேனும் ஓரிடத்தில் (கனசூட்சும மென்னு மேதேனு மொன்றில்) மனம் முதலில் பற்றுமாயின் அதிற்றானே நன்றாய் ஸ்திரமுடையதாய் அந்நாதத்தோடு விலயமாகின்றது. எ-று

இங்கே முன்வாக்கியத்தால் பிரத்தியாகாரமும், இரண்டாவதால் தாரணையும், மூன்றாவதால் தியானவாயிலாக சமாதியும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (அகூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌮𑌕𑌰𑌨𑍍𑌦𑌂 𑌪𑌿𑌬𑌨𑍍 𑌭𑍃𑌙𑍍𑌗𑍋 𑌗𑌨𑍍𑌧𑌂 𑌨𑌾𑌪𑍇𑌕𑍍𑌷𑌤𑍇 𑌯𑌥𑌾 ।
𑌨𑌾𑌦𑌾𑌸𑌕𑍍𑌤𑌂 𑌤𑌥𑌾 𑌚𑌿𑌤𑍍𑌤𑌂 𑌵𑌿𑌷𑌯𑌾𑌨𑍍𑌨𑌹𑌿 𑌕𑌾𑌙𑍍𑌕𑍍𑌷𑌤𑍇 ॥

(இ-ள்) மகரந்த (புஷ்பரச) த்தைக் குடிக்கும் வண்டு கந்தத்தை விரும்பாததுபோல, நாதத்தில் ஆசக்தமுள்ள சித்தம் சிரக்கு (மாலை) சந்தன வனிதாதிவிஷயங்களை விரும்புகிறதில்லை. எ-று (கூ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌮𑌨𑍋𑌮𑌤𑍍𑌤𑌗𑌜𑍇𑌨𑍍𑌦𑍍𑌰𑌸𑍍𑌯 𑌵𑌿𑌷𑌯𑍋𑌦𑍍𑌯𑌾𑌨𑌚𑌾𑌰𑌿𑌣𑌃 ।
𑌨𑌿𑌯𑌾𑌮𑌨𑍇 𑌸𑌮𑌰𑍍𑌥𑍋𑌽𑌯𑌂 𑌨𑌿𑌨𑌾𑌦𑌨𑌿𑌶𑌿𑌤𑌾𑌙𑍍𑌕𑍁𑌶𑌃 ॥

(இ-ள்) சப்தாதிவிஷயமாகிய உத்தியானத்தில் சஞ்சரிக்கும் மனமென்னும் மதயானையை யடக்குதலில் இந்த அநாகதத் தொனியாகிய கூரிய அங்குசம் சாமர்த்தியமுடையதாம். எ-று

இந்தச் சுலோகங்களால் “[illegible]

[illegible] 40 । [illegible] ப்ரத்யா-
ஹார: ப்ரகீர்த்தித: ॥ விஷயங்களிற் சஞ்சரிக்கும் நேத்திர முதலியவற்றைக் கிரமப்படி பிரத்தியாகாரம் செய்தல் (திருப்புதல்), பிரத்தியாகாரமெனப்படுகின்றது” என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறிய இலக்ஷணமுடைய *பிரத்தியாகாரம் சொல்லப்பட்டது. (௬௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

[illegible] ।
[illegible] ॥

---

* தரிசனம், சாண்டில்யம், யோகதத்துவமுதலியவுபநிஷத்துக்களிலும் சூதசங்கிதைமுதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் பிரத்தியாகாரத்தின் இலக்ஷணங்கள் வருமாறு:—

(க) சுபாவமாக விஷயங்களிற் செல்லும் இந்திரியங்களைப் பலமாக இழுத்தல், பிரத்தியாகாரமெனப்படும்.

(உ) எதைப் பார்க்கிறானோ அது முழுவதும் பிரமமாமெனக் காண்டல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(௩) பாதம், அங்குஷ்டம், கரடு, கணைக்கால், முழந்தாள், தொடை, பாயு, இலிங்கம், நாபி, இருதயம், கழுத்து, மிடறு, அண்ணம், நாசி, கண், புருவநடு, நெற்றி, சிரசென்னும் பதினெட்டு மர்மஸ்தானங்களிலும் கிரமமாகத் தரித்தல் அதாவது அந்த ஸ்தானங்களில் ஆரோக அவரோகக்கிரமமாகப் பிரத்தியாகாரஞ் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(௪) நித்தியகர்மங்களின் பலத்தை விடுதல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(௫) மரணபரியந்தம் தான் செய்யும் சுத்தாசுத்தங்களெல்லாவற்றையும் பிரமத்தினிடத்திற் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(௬) நித்தியகர்மங்களையும் காமியகர்மங்களையும் பிரமாராதனைப்புத்தியாகச் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(௭) வாயுவை ஒரு ஸ்தானத்திலிருந்து மற்றொரு ஸ்தானத்தில் அதாவது தந்த(பல்)மூலத்தினின்று கண்டஸ்தானத்திலும், கண்டஸ்தா

(இ-ள்) நாதபந்தத்தாற் கட்டப்பட்ட (சூக்ஷ்ம தாரணையில் ஆசக்த முள்ள) தும், அதனாலேயே க்ஷணத்திற்கு க்ஷணம் விஷயத்தைக் கிரகித்தலாகிய சபலத்தன்மையை நன்றாய் விட்டதுமாகிய மனம், இறகொடிந்த பக்ஷிபோல் மிகவும் ஸ்திரத்தன்மையை (தாரணையை) யடைகின்றது. எ-று

இதனால் "ப்ராணாயாமேந பவநம் ப்ரத்யாஹாரேண சேந்த்ரியம் | வஶீக்ருத்ய தத: குர்யாத் சித்தஸ்தாநம் ஶுபாஶ்ரயே ॥ பிராணாயாமத்தால் வாயுவையும் பிரத்தியாகாரத்தால் இந்திரியத்தையும் வசப்படுத்தி, அதன்பின் சுபாசிரய (சகுண அல்லது நிர்க்குணபிரம) த்தில் சித்தத்தின் ஸ்திரத்தன்மையைச் செய்யவேண்டும்" என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறப்பட்டிருக்கும் இலக்ஷணமுடைய சுபாசிரயத்தில் சித்தத்

னத்தினின்று மார்பிலும், மார்பினின்று வயிற்றிலும், வயிற்றினின்று நாபியிலும், நாபியினின்று குண்டலியிலும், குண்டலியினின்று மூலாதாரத்திலும், மூலாதாரத்தினின்று இரண்டு கடிகளிலும், கடிகளினின்று தொடைகளிலும், தொடைகளினின்று முழந்தாள்களிலும், முழந்தாள்களினின்று கணைக்கால்களிலும், கணைக்கால்களினின்று பாதாங்குஷ்டங்களிலுமாக நிரோதித்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(அ) சலனமில்லாதவனாய்ச் சுவஸ்திகாசனத்திலிருந்துகொண்டு இரண்டு நாசிகளாலும் வாயுவை இழுத்துப் பாதமுதல் சிரசுபரியந்தம் பூரிக்கவேண்டும். பின்னர் இரண்டு பாதங்களிலும், அதுபோல மூலாதாரத்திலும், நாபியிலும், இருதயத்திலும், கண்டமூலத்திலும், அண்ணத்திலும், புருவநடுவிலும், நெற்றியிலும், சிரசிலும் நிறுத்துதல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(க) சகல விஷயங்களிலும் பராமுகமாயிருத்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(க0) வித்துவான் தனது புத்தியை யிழுத்துச் சமசித்தமுள்ளவனாய் நிர்த்துவந்துவமும் நிர்விகற்பமுமாகிய ஆத்மாவில் நிறுத்துதல், சாட்சாத் வேதாந்தமுணர்ந்தவர்களால் பிரத்தியாகாரமெனப்படும்.

தை வைத்தலென்னும் * தாரணை சொல்லப்பட்டது. (௬௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸவ்ருத்திம்காரம் ஸவித்ருஞ்ச ஸாவயோரேந வேத

ஸா। நாதசவஸா நாஸம்யமயோ யோகஸம்ப்ரஜ்ஞி

ஸ்தா ॥ ॥ ௬௩ ॥

---

* தரிசனம் சாண்டில்யம் யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக்களிலும், ருதசங்கிதைமுதலிய மற்றச் சாஸ்திரங்களிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் தாரணையினிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) தேகமத்தியவாகாசத்தில் பாகியாகாசத்தையும், பிராணவாயுவில் வெளிவாயுவையும், உதராக்கினியில் வெளியக்கினியையும், ஜலாம்சத்தில் ஜலத்தையும், பிருதிவி பாகத்தில் பிருதிவியையும் தரிக்கவேண்டும். இவைகளுக்கு ஹ, ய, ர, வ, ல என்னும் மந்திரங்களைக் கிரமமாக உச்சரிக்கவேண்டும்.

(உ) பாதமுதல் முழந்தாள் வரையில் பிருதிவிஸ்தானமெனப்படும். பிருதிவி நாற்கோணமும் மஞ்சள் நிறமும், லகாரம் அக்ஷரமுமாம். பிருதிவியம்சத்தில் வாயுவையாரோபித்து லகாரத்தோடுகூடிய பொன்வடிவமாகிய நான்கு முகங்களையுடைய பிரமாவைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். அதனால் பிருதிவிஜயத்தையடைகிறான். இந்த யோகிக்குப் பிருதிவியின் சம்பந்தத்தால் மரணமுண்டாகாது.

முழந்தாள்முதல் பாயுவரையில் அப்புஸ்தானமெனப்படும். அப்பு அர்த்த சந்திரவடிவமும், வெண்ணிறமும், வம்பீஜமுமாம். அப்புஸ்தானத்தில் வாயுவையாரோபித்து நாற்புயமுடையவரும், கிரீடியும், சுத்த ஸ்படிகம்போன்றவரும், பீதாம்பரதாரியும், அச்சுதருமாகிய நாராயணனை வகாரத்தோடு தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். அதனால் சகல பாவங்களினின்றும் நீங்குகிறான். ஜலத்தினால் பயமில்லை. ஜலத்தில் மரணமுமில்லை.

பாயுமுதல் இருதயம்வரையில் அக்கினியின் ஸ்தானமெனப்படும். அக்கினி முக்கோணவடிவமும், இரத்தவர்ண (நிற)மும், ரகாரம் பீஜமுமாம். அக்கினியில் வாயுவையாரோபித்து திரிநேத்திரமுடையவரும், தருணாதித்தனைப் போன்றவரும், சர்வாங்கங்களிலும் விபூதியணிந்தவரும், நல்ல பிரசன்னமுடையவரும், வரத்தைத்தருபவருமாகிய ரகாரத்தோடு விளங்கும் உருத்திரனைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிற

(இ-ள்) யோக சாம்பிராஜ்ஜியத்தை (இராஜயோகமுடைமையை) விரும்பியவனால் சகல (பாகியாந்திரவிஷயங்களின்) சிந்தையையும் விட்டுச் சர்வதாரண (ஏகாக்கிர) மாகிய சித்தத்தால் நாதமே அநுஷ்டிக்கத்தக்கதாம். எ-று

த்தவேண்டும். இவன் அக்கினியினால் தகிக்கப்படான். அக்கினிகுண்டத்திற் பிரவேசிக்கினும் அவன் சரீரம் தகிக்கப்படமாட்டாது.

இருதயமுதல் புருவநடுவரையில் வாயுஸ்தானமெனப்படும். வாயு அறுகோணவடிவமும் கருநிறமும் யகாரம் பீஜமுமாம். வாயுஸ்தானத்தில் பிராணனை ஆரோபித்து, அதில் எங்கும் முகமுள்ள சர்வஞ்ஞனாகிய ஈசுவரனை யகாரத்தோடு தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். அப்போது வாயுவைப்போல ஆகாயத்திற் சஞ்சரிப்பவனாகின்றான். அவனுக்கு வாயுவினால் பயமும் மரணமுமில்லை.

புருவநடுமுதல் சிரசுவரையிலும் ஆகாயஸ்தானமெனப்படும். ஆகாயம் வட்டவடிவமும் புகைநிறமும் ஹகாரம் பீஜமுமாம். ஆகாயத்தில் வாயுவை ஆரோபித்து சுத்த ஸ்படிகம் போன்றவரும், ஐந்து முகங்களையுடையவரும், பத்து புஜங்களையும் மூன்று கண்களையுமுடையவரும், சர்வாயுதங்களைத் தரித்தவரும், சகல ஆபரணங்களையுமணிந்தவரும், உமைபாகரும், இளம்பிறை சூடியவரும், வரதரும், சர்வகாரணகாரணரும், ஹகாரத்தோடு கூடிய சங்கரரும், விந்துரூப மகாதேவருமாகிய வியோமவடிவ சதாசிவத்தைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். ஆகாசதாரணத்தால் அவனுக்கு ஆகாயத்திற் சரிக்குந்தன்மையுண்டாகின்றது. அவன் எவ்விடத்திலிருக்கினும் சுகத்தையனுபவிப்பன்.

(௫) புருஷனிடத்தில் சகலத்தையும் நடத்தும் போதாநந்தவடிவமாகிய சிவத்தைப் புத்திமான் நித்தியமும் சகல பாவங்களும் நீங்கும் பொருட்டுத் தாரணை செய்யவேண்டும்.

(௬)பிரமாதி காரியவடிவங்களைத் தத்தம் காரணத்தில் ஒடுக்கி, எல்லாவற்றிற்குங் காரணமான அவ்வியக்தமும் நிரூபிக்கத்தகாததுமாகிய அசேதனத்தைப் பிரணவமாகிய சம்பூரண சாட்சாத் ஆத்துமாவினிடத்தில் தாரணை செய்யவேண்டும்.

(௭) ஆத்துமாவினிடத்தில் இந்திரியங்களோடு மனதைச் சேர்த்தல், தாரணையாம்.

இதனால் "தத்ரைகாக்ரத்யவிஸ்ய ஸந்ததிஸ் சாந்யநிஸ்ப்ருஹா | தத்த்யாநம் ப்ரதமைரங்கை: ஷட்பிர் நிஷ்பாத்யதே ந்ருப || அரசனே! அந்தத் தாரணை செய்யப்பட்டவடிவின் வடிவமாகிய விருத்தியின் ஏகாக்கிரத்தன்மையாகிய சந்ததியு (பிரவாகமு) ம் அதற்கந்நியவிஷயங்களிற் செல்லாமையும் தியானமாம். அது முதல்ஆறு அங்கங்களால் சம்பாதிக்கப்படுகின்றது." என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறப்பட்டிருக்கும் இலக்ஷணமுள்ளதும், "தத்ர ப்ரத்யயைகதாநதா த்யாநம்|| அதில் (தாரணை செய்யப்பட்ட விஷயத்தில்) விருத்தியின் ஏகாக்கிரத்தன்மை (ஒருவடிவாந்தன்மை) தியானமா" மென்று பாதஞ்சலசூத்திரத்திற் சொல்லப்பட்ட இலக்ஷணமுள்ளதுமாகிய * தியானம் சொல்லப்பட்டது. (௯௩)

---

* தரிசனம் சாண்டில்யம் யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக்களிலும், சூதசங்கிதை முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் தியான லக்ஷணம்வருமாறு:—

(க) சத்தியமும், பரப்பிரமமும், சகல சம்சாரத்திற்கும் மருந்தும், ஊர்த்துவரேதசுடையவரும், விருபாக்ஷரும், விசுவரூபரும், யோகீசுவரருமாகிய மகேசுவரனை அவரே நானென்று ஆதரவோடு தியானிக்கவேண்டும்.

(உ) அசலமும், நித்தியமும், ஆதிமத்தியாந்தமில்லாததும், அஸ்தூலமும், ஆகாயமல்லாததும், பரிசிக்கப்படாததும், பார்க்கப்படாததும், இரசமுங்கந்தமுமில்லாததும், அப்பிரமேயமும் (அளக்கப்படாததும்), உவமையில்லாததும், தியானிக்கப்படுபொருளுக் கப்பாற்பட்டதும், சச்சிதாநந்தமும், அநந்தமும், ஆத்துமாவுமாகிய பிரமத்தை (அந்தப்பிரமமே) நானென்று விசேஷமுக்தியின்பொருட்டுத் தியானிக்கவேண்டும். அன்றியும் "ஓர் பரமாத்வைதபாவமிருக்கின்றது. அதுவே ஆத்மாவென்பதாக எப்படி யெப்படி யெழும்புகின்றதோ, அங்கே சொரூபமாகவே பாவிக்கவேண்டும். அவ்வெல்லாப் பூதங்களிலும் சமதிருஷ்டியும் பாவிக்கவேண்டு" மென்று சித்தசித்தாந்தபத்ததியில் தியான லக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே மூர்த்தித்தியானமென்னும் சகுணம், ஆத்மயதார்த்தத்தன்மை யென்னும் நிர்க்குணமென்று

(அ-கை) இதுவுமது.

நாதோऽந்தரங்கஸாரங்கபந்தநே வாகுராயதே ।
அந்தரங்ககுரங்கஸ்ய வதே வ்யாதாயதேऽபி ச ॥

(இ-ள்) நாதம் அந்தரங்கமாகிய மனமென்னும் மானைக்க ட்டுவதில் (அதன் சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுப்பதில்) வலையைப் போன்றிருக்கின்றது. [வலைபந்தனத்தால் சாரங்கத்தின் (மானின்) சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுத்தல்போல நாதம் மனதின் சஞ் சலத்தன்மையைக் கெடுக்கின்றது என்பது பொருள்] அந் தரங்கமாகிய குரங்கத்தை (மனதாகியமானை) க்கொல்லுதலில் (நானாவிருத்தி யுண்டாதலைக்கெடுதலில்) வேடனைப்போன்றிரு க்கின்றது. (வேடன் வலையினாற் கட்டுப்பட்ட மிருகத்தைக் கொல்லுவதுபோல நாதமும் தன்னிடத்து ஆசக்தமாகிய ம னதைக் கொல்லுகின்றது என்பது பொருள்) எ-று. (௬௪)

அந்தரங்கஸ்ய யமிநோ வாஜிநஃ பரிகாயதே । நா
தோபாஸ்திரதோ நித்யமவதார்யா ஹி யோகிநா ॥

(இ-ள்) அன்றியும் அது யோகியின் அந்தரங்கமாகிய கு திரைக்கு வாசலிற் கிடக்கும் கட்டை அல்லது இருப்புச்சலாகை போன்றிருக்கின்றது. (குதிரைலாயத்தில் முன்னால் போட்டி ருக்கும் கட்டை அல்லது இருப்புச்சலாகை குதிரையை வெளி யிற் போகாதபடி தடுக்கின்றது. அதுபோல நாதம் அந்தக்கர

இருவகைத்தியானம் சொல்லப்பட்டது. இவற்றுள் "மனது நிலைக் கும்பொருட்டு முதலில் ஸ்தூலவடிவத்தை விசேஷமாய்ச் சிந்திக்கவே ண்டும். அதி (ஸ்தூலத்தி)ல் நிலைத்த மனது சூட்சுமத்திலும் நிலை பெ றும்" என்னும் கருடபுராணவாக்கியத்தால் முன்னர் சகுணமும் பின் நிர்க்குணமும் முறையே அப்பியசிக்கத்தக்கனவாம். இக்கருத்தேபற்றி இந்நூலாசிரியர் நாதாநுசந்தானத்தை விசேஷமாகக் கூறினர். இப்ப டியப்பியசிக்கும் புருஷனாகிய மகாத்மாவிற்குக் கிரமமாக வேதாந்த வி ஞ்ஞானமுண்டாகும். இதிற்சமுசயமில்லை.

ணத்தை வெளியிற் போகாதபடி தடுக்கின்றது) ஆகையால் நாதத்தின் உபாசனை யோகிகளாற் பிரதிதினமும் ஆதரிக்கத்தக்கதேயாம். எ-று. (௯௫)

(அ-கை) இதுவுமது.

பத்தம் விமுக்தசாஞ்சல்யம் நாதகந்தகஜாரணாத் | மன:
பாரதமாப்னோதி நிராலம்பாக்யகேடனம் ||

(இ-ள்) மனமென்னும் பாதரசம் நாதமென்னுங் கந்தகத்தோடு சேர்த்தலால் கட்டப்பட்டு (நாதமொன்றிலேயே ஆசக்தியுடையதாய்), அதனாலேயே சஞ்சலத்தன்மை (அநேக விஷயாகார விருத்திப் பரிணாமம்) நீங்கி, நிராலம்ப (பிரம) மென்னும் அபரிச்சின்ன ஆகாயத்திற் செல்லுதலை [ததாகார (அதே வடிவமாகிய) விருத்திப்பிரவாகத்தை] யடைகின்றது. எ-று.

பாதரசம் கந்தகசம்பந்தத்தால் கட்டுப்பட்டு (குளிகைவடிவமாய்)ச் சஞ்சலம் நீங்கி, ஆகாயகமனத்தைச் செய்விப்பது போல, நாதத்தால் கட்டுப்பட்ட மனமும் அவிச்சின்னமாகிய பிரமாகார விருத்தியைச் செய்விக்கின்றது என்பது பொருள். ()

(அ-கை) இதுவுமது.

நாதஶ்ரவணத: க்ஷிப்ரமந்தரங்கபுஜங்கம: | விஸ்ம்ருத்ய
ஸர்வமேகாக்ர: குத்ரசின்ன ஹி தாவதி || ௯௭ ||

(இ-ள்) நாதசிரவணத்தால் சீக்கிரமாய் மனமென்னும் சர்ப்பம் எல்லாவற்றையும் மறந்து ஏகாக்கிரமாய் (நாதாகாரவிருத்திப்பிரவாக முடையதாய்) எங்கும் (வேறு விஷயங்களில்) ஓடுகிறதில்லை. எ-று.

சர்ப்பம்போல சபலமுடையதாயும் நாதத்திற் பிரியமுடையதாயு மிருத்தலால், மனதைச்சர்ப்பமாக உருவகம் பண்ணினார். தியானத்திற்குப் பிரதிய கலேசங்களால் "தமெலெ

வகூநாஷநம ஸ்வரூபவத ஸமாஷிபக । 3 தஸ்யாஸ்ரூ
நநிஷாந்ரூ: ஸமேயிவேஷா ஸிபியேத । அதன் (சாமரூபாதி)
கற்பனையின்றிய சொரூபக்கிரகணம் எதுவோ, அதுவே மன
தின் தியானத்தால் சம்பாதிக்கப்படும் சமாதியெனப்படும்"
என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறிய இலக்ஷணமுள்ளதும்,
"தலெதவாயசூரோத நிஸஷூராஸம ஸ்வரூபவஸூம நூஷிவஸர
யிஃ । அந்தத்தியானமே: பிரத்தியய சொரூபமில்லாததுபோ
ல் தியானிக்கப்படும் வஸ்துமாத்திரமாய் விளங்குதல், சமாதி
யெனப்படும்" என்று பாதஞ்சலசூத்திரத்திற் கூறிய இலக்ஷ
ணமுள்ளதுமாகிய சம்பிரஞ்ஞாதலக்ஷண * சமாதிசொல்ல
(கூஎ)
ப்பட்டது.

---

* அநேக சுருதிகளிற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் சமாதியிலக்கண
ம் வருமாறு:—

(க) திரிபுடியில்லாத பரமாநந்த சொரூப சுத்தசைதன்னிய வடி
வமாகிய ஜீவாத்தும பரமாத்தும ஐக்கியாவஸ்தை, சமாதியெனப்படும்.

நித்தியமும் எல்லாவற்றினுமுள்ளதும், தோஷங்களில்லாததும்,
கூடஸ்தருமாகிய ஆத்மா ஒன்றாயிருந்துகொண்டு, மாயை மயக்கத்தா
ல் பேதப்படுகின்றது. சொரூப (வாஸ்தவ)மாகப் பேதப்படுகிறதி
ல்லை. ஆகையால் அத்வைத மொன்றேயுள்ளது; பிரபஞ்சமுமில்லை;
சம்சாரமுமில்லை. எப்படி ஆகாயமொன்றே கடாகாயம் மடாகாயமெ
னப்படுகின்றதோ, அது போல ஆத்மாவொன்றே பிராந்தர்களால் ஜீ
வாத்மா பரமாத்மாவென இரண்டு வகையாகச் சொல்லப்படுகின்றது.
நான் தேகமல்லன்; பிராணனல்லன்; இந்திரியங்களல்லன்; மனமல்ல
ன்; சாட்சி சொருபமாயிருத்தலால் கேவலசிவமேயான் என்னும் புத்தி
யெதுவோ, அதுவே இங்கே சமாதியெனப்படுகின்றது.

தியானிக்கிறவன் தியானமென்னுமிரண்டையும் விட்டு, காற்றில்
லாவிடத்துள்ள தீபம்போல தியானிக்கப்படுபொருள் ஒன்றைமாத்தி
ரம் விஷயம் செய்யும் சித்தம், சமாதியெனப்படும்.

நானே பரப்பிரமம்; பரப்பிரமமே நானென்னும் நிலை, சர்வவிருத்
தி நிரோதகமாகிய சமாதியெனப்படும். செவ்வையாகத் தியானத்தை

(அ-கை) இதுவுமது.

மறத்தலும், சமாதியெனப்படும். பிரபாசூனியமும், மனசூனியமும் புத்திசூனியமும் நிராமயமும் சர்வசூனியமுமாகிய நிராபாசம், சமாதியெனப்படும். ஊர்த்துவ (மேல்) பூரணமும் அதோ (கீழ்) பூரணமும் மத்திய பூரணமுமாகிய சிவசொரூபம், பாரமார்த்திகசமாதியாம். உத்தான (எழுகின்ற) சமஸ்காரங் (வாசனை)களின் தடையும், நிரோத (அடங்குகின்ற) சம்ஸ்காரங்களின் பிரகடத்தன்மையுமான அந்தக்கரணத்தின் ஏகாக்கிரத்தன்மையாகிய பரிணமம், சமாதியெனப்படும். அச்சமாதி, சவிகற்பசமாதி நிருவிகற்பசமாதியென் றிருவகைப்படும். அவற்றுள் சவிகற்பசமாதி, திருசியானுவித்தம் சப்தானுவித்தமென இருவகையாம். இருவகைச் சவிகற்பமும் நிருவிகற்பமுமாகிய இம்மூன்றும் ஆந்தரம்பாகியமென்னும் வேறுபாட்டால் அறுவகைப்படும்.

ஞாதா ஞானம் ஞேயமென்னும் திரிபுடித்தோற்றத்தோடு அத்துவிதியப் பிரமத்தில் அந்தக்கரணவிருத்தி நிலைத்தல், சவிகற்பசமாதியெனப்படும்.

"முக்குண வடிவமாகிய அந்தக்கரணத்திற்கும், அதன் மூன்று விதபரிணம (விகார)மாகிய சாந்தகோரமூடவிருத்திகளுக்கும் 'நான் என்றும் சாட்சியாயிருக்கிறேன்' அவற்றுள் நான் அநுசூதமாயிருத்தலால்" என்னும் வடிவினதாக நிரந்தரமுண்டாகும் சித்த விருத்தியின் பரிணமம், திருசியானுவித்தசவிகற்பமாம். முமூக்ஷுக்களால் திருசியத்தையவலம்பித்துச் செய்யப்படுவது, திருசியானுவித்தமாம்.

'நான் அசங்கன், அத்விதிய சொப்பிரகாசன்' என்னும் வடிவினதாக நிரந்தரமுண்டாகும் சித்தவிருத்தியின் பரிணமம், சப்தானுவித்த சவிகற்பமாம். அசங்கமுதலிய சப்தத்தையவலம்பித்துச் செய்யப்படுவது, சப்தானுவித்தமாம்.

முற்கூறிய இருவகை விருத்திப் பிரவாகங்களின் நிரோதத்தோடு சித்தம் பிரமவஸ்துவில் நிலைத்தல், நிருவிகற்பசமாதியாம். இம்மூன்றும் ஆந்தரமாம். இப்படியே சூரியன்முதலிய வெளியாலம்பனத்தில் முற்கூறிய மூன்றுவித சமாதிகளையும் செய்தல், பாகியமாம்.

(இ-ள்) கட்டையிற் பிரவர்த்தித்த அக்கினி கட்டையோடு சாந்தமாவது (சுவாலைவடிவத்தை விட்டு தன்மாத்திரை வடிவமாக நிற்பது) போல நாதத்திற் பிரவர்த்தித்த சித்தம் நாதத்துடன் இலயமாகின்றது. (இராஜத தாமதவிருத்திகளின் நாசத்தால் சத்துவமாத்திரசேஷமும் சம்ஸ்காரசேஷமு முண்டாகின்றது). எ-று.

அது மைத்திராயணீய மந்திரத்திலும் "யதா நிரிந்தனோ வஹ்நிஃ ஸ்வயோநாவுபசாம்யதி। ததா வ்ருத்திக்ஷயாச்சித்தம் ஸ்வயோநாவுபசாம்யதி ॥ எப்படி விறகில்லாத அக்கினி தனது காரணத்தில் இலயமாகின்றதோ, அதுபோல் விருத்தி நசித்தலால் சித்தம் தனது காரணத்தில் இலயமாகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௯அ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஷட்சக்ரநாடிகாஶுத்தௌ ப்ராணஃ காரணமார்கதஃ ।
ப்ராணபேதோபகாராஸ்ஸர்வதோ ப்ரவிஶேத்ததா ॥

(இ-ள்) பாணத்தைப் பூட்டுதலில் (பாணத்தைப்போல்

அச்சவிகற்பசமாதியையே சபதாநுவித்தம் சப்தாநநுவித்தமென இரண்டு வகையாகவும் கூறுவர். 'அகம்பிரமாஸ்மி' என்னும் சப்தத்தோடு அநுவித்தம் (கூடியது), சப்தாநுவித்தம். அந்தச் சப்தமில்லாதது, சப்தாநநுவித்தம்.

அன்றியும் சமாதி, சம்பிரஞ்ஞாதம் அசம்பிரஞ்ஞாதமென இரண்டு வகையாம். அவற்றுள் விஜாதீயப்பிரத்தியயவிருத்திகளின் அந்தராயமி (மறைப்பி)ன்றியதைலதாரையைப்போல இடையில்லாதசஜாதீயப்பிரமாகாரவிருத்திப்பிரவாகம், சம்பிரஞ்ஞாதசமாதியாம். சகல விருத்திகளின் நிரோதத்தோடு சித்தம் நிருவிகற்ப பிரமாகாரமாக நிலைத்தல், அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதியாம் இவற்றுள் சம்பிரஞ்ஞாத சமாதி இந்நூலின் ௯௬-வது சுலோகமுதல் நாலுசுலோகங்களாலும் அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதி ௯அ-வது முதல் ஐந்து சுலோகங்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

வேகமாய்ச் செல்லுவதாகிய வாயுவைச் சுழுமுனை மார்க்கமாகப் பிரமாந்திரத்திற் சேர்த்தலில்) சாமர்த்திய மிருந்தால் கண்டாதி (மணி, சங்கு, மத்தளம், உடுக்கை, துந்துபி, மேகமுதலியவற்றின்) நாதங்களில் பற்றியிருத்தலால் நிச்சலமாகிய அந்தக்கரணமென்னும் மானைக் கொல்லுதல் (நானாவிருத்திகளைப் பிரதிபந்தித்தல்) சுகமாய்ச் செய்யக்கூடும். எ-று. (௯௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

அநாஹதஸ்ய ஶப்தஸ்ய த்வநிர்ய உபலப்யதே । த்வநேரந்தர்கதம் ஜ்ஞேயம் ஜ்ஞேயஸ்யாந்தர்கதம் மந: । மநஸ்தத்ர லயம் யாதி தத்விஷ்ணோ: பரமம் பதம் ॥ ௧௦௦ ॥

(இ-ள்) அநாகத சப்தத்தின் எந்தத்தொனி கேட்கப்படுகின்றதோ, அந்தத் தொனிக்குள் ஞேயம் (சொப்பிரகாச சைதந்னியம்) இருக்கின்றது. ஞேயத்திற்குள் மனமடங்கி யிருக்கின்றது. (ஞேயாகாரத்தன்மை யடைந்திருக்கின்றது). அதில் (ஞேயத்தில்) மனம் விலயமடைகின்றது. (பரவைராக்கியத்தால் சகல விருத்தி சூனியமாகிய சம்ஸ்கார முண்டாகின்றது). அது விஷ்ணு (வியாபகமாகிய பரமாத்துமா) வின் பரம (அந்தக்கரண விருத்தியில்லாமையால் நிருபாதிகமாகிய) பத (சொரூப) மாம். எ-று.

"யத்கத்வா ந நிவர்தந்தே । யோகிகளா லடையப்படுகின்றமையால் பதமெனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௱)

(அ-கை) இதுவுமது.

தாவதாகாஶஸங்கல்போ யாவச்சப்த: ப்ரவர்ததே । நிஃஶப்தம் தத்பரம் ப்ரஹ்ம பரமாத்மேதி கீயதே ॥ ௧௦௧ ॥

(இ-ள்) எதுவரையிலும் அநாகத சப்தம் கேட்கப்படுகின்றதோ, அதுவரையிலும் (சப்தம் ஆகாயத்தின் குணமாயிருக்

தலால், அல்லது குணகுணிகளுக்கு அபேதமிருத்தலால்) ஆகாயத்தின் சம்பந்தமுண்டாகின்றது. மனதோடு சப்தம் விலயமாகுதலால் சப்தமின்றியது எதுவோ, அது பரப்பிரமமெனும் சொல்லிற்கு வாச்சியமான பரமாத்துமாவென்று சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

சகல விருத்திகளும் இலயமாகுங்கால் உண்டாகும் சொரூபஸ்திதி எதுவோ, அதுவே பரப்பிரமம், பரமாத்துமாவெனும் சப்தங்களால் சொல்லப்படுகின்றதென்பது கருத்து. (௱௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

யத்கிஞ்சிந்நாதரூபேண ஶ்ரூயதே ஶக்திரேவ ஸா ।
யஸ்தத்வாந்தோ நிராகாரஃ ஸ ஏவ பரமேஶ்வரஃ ॥௧௦௨॥

(இ-ள்) நாதவடிவமாக யாதொன்று கேட்கப்படுகின்றதோ, அது சக்தியே. தத்துவங்களின் இலயத்தையுடைய நிராகாரம் எதுவோ, அதுவே பரமேசுவரன். (சகலவிருத்திகளும் நசிக்குங்கால் சொரூபாவஸ்திதியுடையது எதுவோ, அது ஆத்துமாவென்பது பொருள்). எ-று.

"கட்டையிற்பிரவிருத்தித்த அக்கினி" யென்பவை முதலிய சுலோகங்களால் இராஜயோகத்திற்குப் பிந்திய பரியாயமாகிய அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதி சொல்லப்பட்டது. (௧௦௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸர்வே ஹடலயோபாயா ராஜயோகஸ்ய ஸித்தயே ।
ராஜயோகஸமாரூடஃ புருஷஃ காலவஞ்சகஃ ॥௧௦௩॥

(இ-ள்) (ஆசனகும்பக முத்திரைவடிவமாகிய) ஹடவுபாயங்களும், (நாதாநுசந்தானம், சாம்பவிமுத்திரைமுதலிய) இலயவுபாயங்களுமாகிய யாவும் இராஜயோகத்தின் பொருட்டுச் சொல்லப்பட்டன. (மனதின் சர்வவிருத்தி நிரோத லக்ஷண

மாகிய) இராஜயோகத்தையுடைய புருஷன் காலனை ஜெயித்தவனாகின்றான். எ-று. (க0௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

தத்த்வம் பீஜம் ஹட: க்ஷேத்ரம் ஔதாஸீந்யம் ஜலம் த்ரிபி:|
உந்மநீ கல்பலதிகா ஸத்ய ஏவ ப்ரவர்த்ததே ॥ க0௪ ॥

(இ-ள்) தத்துவ (சித்த) மாகிய பீஜம், ஹட (பிராணபான ஐக்கியலக்ஷணமாகிய பிராணாயாம) மென்னும் க்ஷேத்திரம், ஔதாசீன்யம் (பாவைராக்கியம்)என்னும் ஜலம் ஆகிய இம்மூன்றினாலும் உன்மனியென்னும் கற்பகக்கொடி உடனேயுண்டாகின்றது. எ-று

பீஜத்தைப்போல் உன்மனியவஸ்தையென்னும் முளைவடிவமாகப் பரிணமிப்பதாயிருத்தலால், சித்தத்தைப் பீஜம்(வித்து) என்றார். க்ஷேத்திரத்தி (பூமியி) ற்போல பிராணாயாமத்தில் உன்மனி(அசம்பிரஞ்ஞாத அவஸ்தை)யென்னும் கற்பகக்கொடியுண்டாகுதலால் ஹடத்தை க்ஷேத்திரமென்றார். அக்கொடியினுற்பத்திக்குக்காரணமா யிருத்தலாலும், பரவைராக்கியத்தையேதுவாகவுடைய சம்ஸ்காரவிசேஷம் சித்தத்தின் அசம்பிரஞ்ஞாதமாமென்பது அதன் இலக்ஷணமாயிருத்தலாலும், பரவைராக்கியத்தை ஜலமென்றார். சகல இஷ்ட சித்திக்கும் சாதனமாயிருத்தலால், உன்மனியைக் கற்பகக்கொடியென்றார். (க0௪).

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸதா நாதாநுஸந்தாநாத் க்ஷீயந்தே பாபஸஞ்சயா:| நிரஞ்ஜநே விலீயேதே நிஶ்சிதம் சித்தமாருதௌ ॥

(இ-ள்) எப்போதும் நாதாநுசந்தானஞ்செய்தலால் பாவக் கூட்டங்களெல்லாம் நசிக்கின்றன. மனமும் பிராணனும் நிச்சயமாகவே நிரஞ்சனத்தில் (நிர்க்குணமாகிய சைதன்னியத்தில்) இலயமுடையவைகளாகின்றன. எ-று. (க0ரு)

(அ-கை) உன்மனியவஸ்தையை யடைந்த யோகியின் ஸ்திதியைக் கூறுகின்றார்.

ஶங்கதுந்துபிநாதம் ச ந ஶ்ருணோதி கதாசந ।
காஷ்டவஜ்ஜாயதே தேஹ உந்மந்யாவஸ்தயா த்ருவம் ॥ க0சு ॥

(இ-ள்) சங்குதுந்துபிகளின் நாதம் ஒருக்காலத்திலும் கேட்கிறதில்லை. உன்மனியவஸ்தையால் தேகம் (அசைவற்றிருத்தலால்) நிச்சயமாகவே கட்டையைப்போலாகின்றது. எ-று.

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸர்வாவஸ்தாவிநிர்முக்த: ஸர்வசிந்தாவிவர்ஜித: ।
ம்ருதவத்திஷ்டதே யோகீ ஸ முக்தோ நாத்ர ஸம்ஶய: ॥ க0எ ॥

(இ-ள்). எந்த யோகி (சகலவிருத்தி நிரோதமாகிய யோகத்தையுடைய துரியாவஸ்தையடைந்தவன்) சகல (ஜாக்கிரம், சொப்பனம், சுழுத்தி, மூர்ச்சை, மாணமென்னும் ஐந்து) அவஸ்தைகளினின்றும் விடுபட்டவனாய் எல்லா நினைவுகளும் நீங்கி மரித்தவனைப்போல விருக்கின்றானோ, அவன் ஜீவனோடிருந்துகொண்டே முக்தனாகின்றான். எ-று

சகலவிருத்திகளும் நிரோதமாருங்கால் ஆத்துமாவின்சொரூபமாக நிலைத்தலால் முக்தனாகின்றான். அது பாதஞ்சலசூத்திரத்தில் "ததா த்ரஷ்டு: ஸ்வரூபே(அ)வஸ்தாநம் ॥ அப்போது (விருத்திநிரோதமாகுங்கால்) திருஷ்டாவாகிய சேதனத்தின் சொரூபத்தில் நிலையுண்டாகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. க0எ

(அ-கை). இதுவுமது.

காத்யதே ந ஸ காலேந பாத்யதே ந ச கர்மணா ।
ஸாத்யதே ந ஸ கேநாபி யோகீ யுக்த: ஸமாதிநா ॥

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகி காலனால் விழுங்

கப்படான். (செய்யப்பட்ட சுபாசுப) கர்மங்களால் பாதிக்க ப்படான். (ஜனனமரணாதிகளுண்டாதலில் கிலேசப்படான்.) எதனாலும் (வேறு புருஷனாலாயினும் அல்லது யந்திர மந்திர முதலியவற்றாலாயினும்) சாதிக்கப்படான். எ-று.

கர்மங்களால் பாதிக்கப்படானென்பது பாதஞ்சல சூத்திரத்தின் சமாதிப்பிரகரணத்தில் "ததஃக்லேஶகர்மநிவ்ருத்திஃ ॥ அதனால் (சமாதிலாபத்தால்) அவித்தையாதி கிலேசங்களும் சுபாசுபகர்மங்களும் முற்றிலும் நிவர்த்தியாகின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. க0அ

(அ-கை) இதுவுமது.

நகந்தம் நரஸம் ரூபம் நசஸ்பர்ஶம் நநிஸ்வநம் । நாத்மாநம் நபரம்வேத்தி யோகீயுக்தஃ ஸமாதிநா ॥

(இ-ள்) சமாதியோடுபொருந்திய யோகி நற்கந்த துர்க்கந்தங்களையும், (தித்திப்பு, புளிப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, உவர்ப்பு, துவர்ப்பென்னும் அறுவகை) இரசங்களையும், (செம்மை, கருமை, வெண்மை, பொன்மை, பசுமை, புகைமை, சித்திரமென்னும் எழுவகை) உருவங்களையும், (சீதம், உஷ்ணம், உஷ்ணசீதமில்லாமையென்னும் மூன்றுவித) பரிசங்களையும், (சங்கு துந்துபிமுதலிய பாகியாந்தர) நாதங்களையும் ஆத்துமாவை (தேகத்தை)யும், பிறரையும் அறியான். எ-று

ஆத்துமாவென்பது தேகத்திலும் தைரியத்திலும், ஜீவனிலும் சுபாவத்திலும் பரமாத்துமாவிலும் வருமென்பது அமரம் (நிகண்டு) க0கூ

(அ-கை) இதுவுமது.

சித்தம் நஸுப்தம் நோஜாக்ரத்ஸ்ம்ருதிவிஸ்ம்ருதிவர்ஜிதம் । நசாஸ்தமேதி நோதேதி யஸ்யாஸௌ முக்த ஏவ ஸஃ ॥

(இ-ள்) எவனுடைய அந்தக்கரணம் சுழுத்தியடையாததாயும், ஜாக்கிரமில்லாததாயும், நினைப்பு மறப்பில்லாததாயும் நாசமில்லாததாயும், உற்பத்தி யில்லாததாயு மிருக்கின்றதோ, அப்படிப்பட்ட இவன் ஜீவன்முக்தனே. எ-று.

திரிகுணமாகிய அந்தக்கரணத்தில் எப்போது சாத்விக இராஜஸங்களையடக்கிச், சகலகரணங்களையும் ஆவரிக்கும் (மறைக்கும்) தமசு ஆவிர்ப்பாவமாகின்றதோ, அப்போது அந்தக்கரணத்திற்கு விஷயாகார பரிணாமமில்லாமையால், அது சுழுத்தியெனப்படுகின்றது. ஆவரிக்கும் தமசு இல்லாமையால் சுழுத்தியடையாததென்றார். இந்திரியங்களால் அர்த்த (விஷய) க்கிரகணமில்லாமையால் ஜாக்கிரமில்லாததென்றார். விருத்திசாமானிய மில்லாமையாலும் உற்போதகம் (விழிப்பு) இல்லாமையாலும், நினைப்பில்லாததென்றார். ஸ்மிருதியநுகூல சம்ஸ்காரமில்லாமையால் மறப்பில்லாததென்றார். சம்ஸ்காரசேஷமாகிய சித்தமிருத்தலால் நாசமில்லாததென்றார். விருத்தியுற்பத்தியாகாமையால் உற்பத்தியில்லாததென்றார். (௧௧௦)

(அ-கை) இதுவுமது.

ந விஜாநாதி ஶீதோஷ்ணம் ந து:கம் ந ஸுகம் த
தா | ந மாநம் நாவமாநம் ச யோகீ யுக்த: ஸமாதிநா ||

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகி சீதோஷ்ணபதார்த்தங்களையும், துக்கத்தை யுண்டாக்குகின்ற பிறராற்செய்யப்படும் அடிமுதலியவற்றையும், சுரபி(வாசனையுள்ள)சந்தனாதிகளைப் பூசுதல்முதலிய சுகசாதனத்தையும், மானத்தையும், அவமானத்தையும் அறியான். எ-று. (௧௧௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸ்வேச்சயா ஜாக்ரத்ஸுஷுப்த்யாம் [illegible]
தே | நிஶ்வாஸோச்ச்வாஸஹீநஸ்து [illegible] ||

(இ-ள்) சுவஸ்தனாய் (பிரசன்னமாகிய இந்திரிய அந்தக்கரணங்களுள்ளவனாய்), உசுவாச நிசுவாசமில்லாதவனாய், (சொப்பன சுழுத்திகளின் நிவர்த்தியாகிய) ஜாக்கிராவஸ்தையில் தூங்குகிறவனைப்போல் (காயேந்திரிய வியாபாரசூனியனாய்) இருக்கிறவன் எவனோ, அவன் நிச்சயமாக ஜீவன்முக்தனே. எ-று

சுவஸ்தன் என்பதனால் மூர்ச்சை தந்திரை முதலியவை யில்லாமை குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. ஜீவன்முக்தனது சொரூபம் தத்தாத்திரேயரால் * "𑌨𑌿𑌰𑍍𑌗𑍁𑌣𑌧𑍍𑌯𑌾𑌨𑌸𑌂𑌪𑌨𑍍𑌨𑌃 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌂 𑌚 𑌤𑌤𑍋𑌽𑌭𑍍𑌯𑌸𑍇𑌤𑍍 । 𑌦𑌿𑌨𑌦𑍍𑌵𑌾𑌦𑌶𑌕𑍇𑌨𑍈𑌵 𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌂 𑌸𑌮𑌵𑌾𑌪𑍍𑌨𑍁𑌯𑌾𑌤𑍍 । 𑌵𑌾𑌯𑍁𑌂 𑌨𑌿𑌰𑍁𑌧𑍍𑌯 𑌮𑍇𑌧𑌾𑌵𑍀 𑌜𑍀𑌵𑌨𑍍𑌮𑍁𑌕𑍍𑌤𑍋 𑌭𑌵𑍇𑌦𑍍𑌧𑍍𑌰𑍁𑌵𑌂 ॥ நிர்க்குணத்தியானமுள்ளவன் அதன்பின் சமாதியையும் அப்பியசிக்கவேண்டும். பன்னிரண்டு நாளிலேயே சமாதியைச் செவ்வையாய் அடைகிறான். மேதாவி வாயுவை நிரோதித்து நிச்சயமாகவே ஜீவன்முக்தனாகின்றான்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (௧௧உ)

(அ-கை) இதுவுமது.

𑌅𑌬𑌧𑍍𑌯𑌃 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌶𑌸𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌮𑌶𑌕𑍍𑌯𑌃 𑌸𑌰𑍍𑌵𑌦𑍇𑌹𑌿𑌨𑌾𑌂 ।
𑌅𑌗𑍍𑌰𑌾𑌹𑍍𑌯𑍋 𑌮𑌨𑍍𑌤𑍍𑌰𑌯𑌨𑍍𑌤𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌂 𑌯𑍋𑌗𑍀 𑌯𑍁𑌕𑍍𑌤𑌸𑍍𑌸𑌮𑌾𑌧𑌿𑌨𑌾 ॥

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகியானவன் சகல சஸ்திர (ஆயுத)ங்களாலும் கொல்லப்படான். எவர்களாலும் வெல்லப்படான். (வசீகரணம் மாரணம் உச்சாடனமுதலிய பிரயோசனமுள்ள) மந்திரயந்திரங்களாலும் வசீகரிக்கப்படான். எ-று

இப்படி யோகத்தையடைந்த யோகிக்கு அநேக விக்கினங்கள் வருகின்றன. அவற்றை நிவர்த்திக்கும் பொருட்டு அவ

* இதனை யோகதத்துவோபநிஷத்து வாக்கியமெனினும் பொருந்தும்.

ற்றையறிய வேண்டியிருத்தலால், அவைகளும் காட்டப்படுகின்றன. தத்காத்திரேயரால், "[illegible] ॥ முதல் விக்கினம் ஆலசியமும், இரண்டாவது முற்கூறிய தூர்த்தர்கூட்டமும், மூன்றாவது மந்திரசாதனமும், நான்காவது தாதுவாதமுமாமென்று யோகவித்துக்கள் அறிகின்றனர்" என்றும், மார்க்கண்டேயபுராணத்தில் "[illegible] ॥ யோகிகளுக்கு ஆத்துமாவைத்தரிசிக்குங்கால் எந்த விக்கினங்கள் பிரவிருத்திக்கின்றனவோ, அவற்றையுனக்குச்சுருக்கமாய்ச் சொல்லுகிறேன் கேள். காமியக்கிரியைகளையும் அப்படியே காமத்தால் மனிதன் ஸ்திரீகள், தானபலம், வித்தை, வஞ்சகம், பொன்வெள்ளிக்கன்னியமான உலோகம், தனம், சுவர்க்கம், தேவத்துவம், அமரேசத்துவம்(இந்திரத்துவம்), இரசாயனம், வயசு, கிரியை, யாகம், ஜலத்திலும் அக்கினியிலும் பிரவேசித்தல் என்பவற்றையும், அப்படியே சிராத்தத்தின் பலத்தையும், சகலதானங்களின் பலத்தையும், அப்படியே நியமங்களையும் இச்சிக்கிறான். அப்படியே உபவாசங்களாலு

ம், பூர்த்தங்களா (தடாகம் தண்ணீர்ப்பந்தல் நந்தனவனமுதலியவை ஏற்படுத்தலா)லும், தேவதார்ச்சனைகளாலும், அதிதிகளாலும், கர்மங்களாலும் உண்டாகின்ற விக்கினங்களை இச்சிக்கிறான். இப்படி விக்கினங்களுண்டாகின்றன. அவற்றை யோகி முயற்சியால் நிவர்த்திக்கவேண்டும். மனதைப்பிரமத்தோடு அசங்கமாக்கி (கூடாததாகச்செய்து) விக்கினங்களினின்றும் விடுபடுகிறான்" என்றும், பதுமபுராணத்தில் யதைவ ஹி மநோ யஸ்ய ந விக்நைர் விஹந்யதே ஸ்ம । ததைவ ஸ ப்ராப்நோதி பரம் ப்ரஹ்ம ஸுதுர்லபம் ॥ எப்போது இவன் மனது இவ்விக்கினங்களால் சிதறவில்லையோ, அப்போது மேல் அதிதுர்லபமாகிய அந்தப்பரப்பிரமத்தை யடைகிறான்" என்றும், யோகபாஸ்கரத்தில் "ஸாத்விகம் தைர்யமாஸ்தாய ஸத்த்வேந ஸுஸ்திரேண ச । நிர்குணம் மநஸா த்யாயந் விக்நேப்ய: ஸம்ப்ரமுச்யதே ॥ ஏவம் யோகம் ஸமப்யஸ்யந் இந்த்ராதிபதநிஸ்ப்ருஹ: । ஸித்த்யாதிவாஸநாத்யாகீ ஜீவந்முக்தோ பவேந்நர: । விஸ்ருஜ்ய ஸித்தீ: ஸகலா யோகீ ஸம்யக் ப்ரமுச்யதே ॥ யதா ந விக்நைர் ஹந்யேத வாராணஸ்யாமிவாந்தக: ॥ யோகி சாத்துவிகமாகிய தைரியத்தைப் பற்றிக்கொண்டு சத்துவத்தால் நன்றாய் ஸ்திரமுடையவனாய் நிர்க்குணத்தை மனதினால் தியானித்தலால் விக்கினங்களினின்றும் விடுபடுகிறான். இப்படி, யோகத்தை யுபாசிக்கின்றவனாய், இந்திராதிபதங்களை விரும்பாதவனாய், * சித்திமுதலியவற்றின் வாசனைகளை விட்டவ

(*) சித்தியை விரும்பின் முக்தியையடையாரென்பதை,

"அரும்பெறல் யோக நன்கிற் கைவந் தோரவற்றின் போகம்;
விரும்புறின் முத்தியெய்தார் வெறு வெளியதனிற்றோன்றும்;
பரம்பொருளாகுமென்னைப் பாவித்தோர் முத்தி சேர்வர்;
விரிந்திடு பிரமம் யானே யென மறைவிளம்புமன்றே."

என்னும் கூர்மபுராண வாக்கியத்தாற் காண்க.

ளுயிருக்கும் முனி, ஜீவன்முக்தனாகின்றான். இன்னும் அநேக * விக்கினங்களிருக்கின்றன. அவை வீரியமென்னும் அச்சத்தால் விடப்பட்டன. அவை சிவவிஷ்ணுக்களைத்தியானித்தலால் யோகியால் தள்ளத்தக்கனவாம்” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. (௧௩)

(அ-கை) யோகிகளல்லாதவர்களுக்கு ஞானமில்லையென்று நிராகரித்து, யோகிகளுக்கே ஞானமுண்டாமெனக் கூறுகின்றார்.

𑌯𑌾𑌵𑌨𑍍𑌨𑍈𑌵 𑌪𑍍𑌰𑌵𑌿𑌶𑌤𑌿 𑌚𑌰𑌨𑍍𑌮𑌾𑌰𑍁𑌤𑍋 𑌮𑌧𑍍𑌯𑌮𑌾𑌰𑍍𑌗𑍇
𑌯𑌾𑌵𑌦𑍍𑌬𑌿𑌨𑍍𑌦𑍁𑌰𑍍𑌨 𑌭𑌵𑌤𑌿 𑌦𑍃𑌢𑌃 𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌵𑌾𑌤𑌪𑍍𑌰𑌬𑌨𑍍𑌧𑌾𑌤𑍍 ।
𑌯𑌾𑌵𑌦𑍍𑌧𑍍𑌯𑌾𑌨𑍇 𑌸𑌹𑌜𑌸𑌦𑍃𑌶𑌂 𑌜𑌾𑌯𑌤𑍇 𑌨𑍈𑌵 𑌤𑌤𑍍𑌤𑍍𑌵𑌂
𑌤𑌾𑌵𑌜𑍍𑌜𑍍𑌞𑌾𑌨𑌂 𑌵𑌦𑌤𑌿 𑌤𑌦𑌿𑌦𑌂 𑌦𑌮𑍍𑌭𑌮𑌿𑌥𑍍𑌯𑌾𑌪𑍍𑌰𑌲𑌾𑌪𑌃 ॥ ௧௧௪ ॥

(இ-ள்) சுழுமுனை நாடியிற் செல்லும் பிராணவாயு எதுவரையிலும் பிரமரந்திரத்தளவு நன்றாய்ப் பிரவேசிக்கவில்லையோ (பிரமரந்திரத்திற் செல்லுவது ஸ்திரமாகுமாதலின், பிரமரந்திரத்திற் சென்று ஸ்திரமாக வில்லையோ), எதுவரையில் பிராணவாயுவைப் பிரதிபந்தித்தலால் (கும்பகத்தால் ஸ்திரமாக்குகலால்) விந்து திடமாகவில்லையோ, எதுவரையில் பிராணவாயுவைப் பிரதிபந்தித்தலால் தத்துவம் (மனம்) சுபாவிக தியேயாகாரவிருத்திப் பிரவாகமுடையதாகவில்லையோ, அதுவரையில் எவன் ஞானத்தைப்பேசுகிறானோ அந்தஞானம் இடம்பமாத்திர மித்தியாப் பிரலாபமாம். (இடம்பமாக ஞானத்தைப்பேசுதலால் நான் உலகத்தில் பூஜ்ஜியனாவேன் என்னும் புத்தியாகப் பொய் பேசுதலேயாம்). எ-று

(*) அவற்றை விரிவாயறிய விரும்புவோர் யோககுண்டலியுபநிஷத்து, சிவசங்கிதை, வாயுசங்கிதை இலிங்கபுராண முதலியவற்றிற் காண்க. யோகத்தின் உபசர்க்கங்களும் அவற்றின் நிவர்த்தியுபாயங்களும் சௌரபுராணத்தில் விரிவாய்க் கூறப்பட்டிருக்கின்றன.

சுழுமுனையிற் சஞ்சரியாதவாயு அசுத்தமெனப்படுகின்றது. அது அமிர்தசித்தியில் "யாவத்³ப³த்³தோ⁴ மருத்³தே³ஹே யாவச்சித்தம் நிராகுலம் | யாவத்³த்³ருஷ்டிர்ப்⁴ருவோர்மத்⁴யே தாவத்காலப⁴யம் குத: ||" எதுவரையில் வாயு நிச்சலமாய் வழியோடு சுழுமுனை மார்க்கத்தில் செல்லுவதாகவில்லையோ அதுவரையில் கர்மவசமாய்ச் செல்லும் அவ்வாயுவை அசித்தமென்றறியவேண்டு"மென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணவாயு ஸ்திரப்பட்டால் விந்து ஸ்திரப்படுமென்பது முன் இந்நூலிற்றானே "சலே வாதே சலம் பி³ந்து³ர் நிஶ்சலே நிஶ்சலம் ப⁴வேத் | மனது ஸ்திரமானால் வாயுஸ்திரமாகும், அதனால் விந்துஸ்திரமாகும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. விந்து ஸ்திரமாகாவிடின் யோகிக்கு அசித்தத்துவமுண்டாகின்றது. அது அமிர்தசித்தியில் "யாவத்³ பி³ந்து³: ஸ்தி²தோ தே³ஹே ஶஶிஸூர்யஸமப்ரப⁴: | யாவத்³ வித்³ருதே³ஹஸ்ய ப³ந்தோ⁴ ப⁴வஸாக³ர: | ஸஸித்³த⁴: ஸமதா³ஸீனோ நாஸித்³த⁴: ஸ்வாதி⁴காரிணம் | ஜராமரணஸம்க்லிஷ்டம் ஸம்ஸாரே ஸாஸ்வதம் பு³த⁴ம் || எதுவரையில் தேகத்திலுள்ள பிரமவடிவமாகிய இரசேந்திரனென்னும் விந்து நெகிழ் (உருகு) கின்றதோ அதுவரையில் அசித்தனாகிய இந்தநரன் பத்த (கட்டுடையவ) னாயினும் சம்சாரியென்று மதிக்கப்படுகின்றான். ஜராமரணத்தோடு கூடியவனும் சகல கிலேசங்களுக்கு மாசிரயனும் அப்பிரமசாரியுமாகிய அவனை அசித்தனென்று அறிக" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது "ப்ராணவாதப்ரப³ந்த⁴யாத்॥ பிராணவாயுவைப் பிரபந்தித்தலால்" என்பது தேகலீதீப நியாயத்தால் (விந்து தத்துவமென்னும்) இரண்டிடத்தும் பொருந்தும் (நடுநிலைத்தீபமாம்). வாயுஸ்திரப்பட்டால் சித்தம் ஸ்திரமாமென்பது அமிர்தசித்தியில் "யதா³ ஸஸூர்யதே³ஹே வாயு: ஸூர்யசந்த்³ரௌ ப்ரமாத:। தத³ விந்து³: ஸ்தி²ரீபூ⁴தோ தே³ஹே வாயுநாஸஹ ॥ எப்போது இ

த்தவாயு மத்தியயோகத்தால் சுழுமுனையை ஆசிரயிக்கின்றதோ அப்போது விந்துவும் சித்தமும் வாயுவோடு மரிக்கின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சித்தம் ஸ்திரமாகாவிடின் அசித்தத்துவ முண்டாமென்பது அமிர்தசித்தியில் "யாவத் [illegible] । [illegible] ॥ எதுவரையில் சித்தம் பாகியாந்தர விஷயங்களிற் சலிக்கின்றதோ, அதுவரையில் கர்மத்தின் குணங்களைப்பற்றிய அந்தச்சித்தத்தை அசித்தமென்று அறிக" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணன் விந்து சித்தமென்பவற்றின் ஜயமில்லாவிடின் ஞானமில்லாமையால் சம்சாரம் கடக்கத்தக்கதாகாது. அது அமிர்தசித்தியில் "[illegible] । [illegible] । [illegible] । [illegible] ॥ எப்போது இந்தவாயு அசைகின்றதோ அப்போது விந்து அசைவுடையதெனப்படுகின்றது. எவனது அங்கத்தில் விந்து அசைகின்றதோ, அவனது சித்தம் சஞ்சலமுடையதேயாம். விந்துவும் சித்தமும் வாயுவு மசைந்துகொண்டிருக்குமாயின், ஜனங்கள் பிறந்திறந்துகொண்டேயிருப்பர். இவ்வார்த்தை சத்தியம் சத்தியம்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. யோகபீஜத்திலும் "[illegible] । [illegible] ॥ சித்தம் நஷ்டமானதாகத் தோற்றினால் வாயுவும் நாசமுடையதாகத் தோற்றும். அங்ஙனமில்லையேல் அவனுக்குச் சாஸ்திரமுமில்லை. ஆத்மஞானமு மில்லை; குருவுமில்லை; மோக்ஷமுமில்லை" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதனால் பிராணனும் விந்துவும் சித்தமும் ஜயமானால் ஞானவாயிலாக யோகிகளுக்கு

மோக்ஷமுண்டாமென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. அது அமிர்தஸித்தியில் "யாமவஸ்தா²ம் வ்ரஜத்யேஷ வாயுஸ்தாமேவ பி³ந்து³: | யதா² ஸாத்⁴யதே வாயுஸ்ததா² பி³ந்து³: ப்ரஸாத்⁴யதே | மூர்சி²தோ ஹரதே வ்யாதி⁴ம் ப³த்³த⁴: கே²சரதாம் நயேத் | ஸர்வஸித்³தி⁴ப்ரதோ³ லீனோ நிஶ்சலோ முக்திதா³யக: | யாமவஸ்தா²ம் வ்ரஜேத் பி³ந்து³ஸ்தச்சித்தஸ்ய ததா² ததா² || வாயு எந்த அவஸ்தையை யடைகின்றதோ, அந்த அவஸ்தையை விந்து அடைகின்றது. வாயு எப்படிச் சாதிக்கப்படுகின்றதோ, அப்படியே விந்துவும் சாதிக்கப்படுகின்றது. மூர்ச்சிதம் வியாதியைக் கெடுக்கின்றது. பந்தம் கேசரத்(ஆகாயத்திற் செல்லும்) தன்மையைத் தருகின்றது. லீனம் சர்வசித்திகளையும் தருகின்றது. நிச்சலம் முக்தியைத் தருவதாகின்றது. விந்துவின் அவஸ்தை எப்படி எப்படி யுண்டாகின்றதோ, அப்படி அப்படியே சித்தத்தின் அவஸ்தையுமுண்டாகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அப்படியானால் "யோகா³ஸ்த்ரயோ மயா ப்ரோக்தா ந்ருʼணாம் ஶ்ரேயோவிதி⁴த்ஸயா | ஜ்ஞானம் கர்ம ச ப⁴க்திஶ்ச நோபாயோ(அ)ன்யோ(அ)ஸ்தி குத்ரசித் || நரர்களின் சிரேயஸை விதிக்கக் கருதிய என்னால் ஞானம் கர்மம் பக்தியென்று மூன்று யோகங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இவற்றிற் கந்நியமாகிய உபாயங்கள் ஓரிடத்துமில்லை" என்று பகவானாற் சொல்லப்பட்ட மூன்று மோக்ஷவுபாயங்களிருக்க யோகமே மோக்ஷோபாயமாமென்பது எப்படியாமெனின், அப்படியல்ல; அவைகள் யோகாங்கத்திலடங்கி யிருத்தலால். அப்படியே "ஆத்மா வா அரே த்³ரஷ்டவ்ய: ஶ்ரோதவ்யோ மந்தவ்யோ நிதி³த்⁴யாஸிதவ்ய: || ஏ! மைத்திரேயி! ஆத்மாவானது பார்க்கத்தக்கதும், கேட்கத்தக்கதும், மனனஞ்செய்யத்தக்கதும், நிதித்தியாசனஞ் செய்யத்தக்கதுமாம்"

என்னும் சுருதியால் பரமபுருஷார்த்த சாதனமாகிய ஆத்மசாட்சாத்காரத்திற்கு ஏதுவாக சிரவண மனன நிதித்தியாசனங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் சிரவணமனனமிரண்டும் நியமத்துள்ளடங்கிய சுவாத்தியாயத்தில் அடங்குகின்றன. நியமவிவரணத்தில் யாஞ்ஞவல்கியரால் "ஸித்தாந்தச்ரவணம் ப்ரோக்தம் வேதாந்தச்ரவணம் புதை: ‖ சித்தாந்த சிரவணமென்பது வேதாந்தசிரவணமாமென்று விவேகிகளாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது" என்று வெளிப்படையாகவே சிரவணத்திற்கு நியமத்தில் அடக்கம் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. "அதீத்ய வேதம் ஸூத்ரம் வா புராணம் ஸேதிஹாஸகம் | பதேஷ்வத்யயநாப்யாஸோ ஜபஸ்ஸ்ம்ருத: ‖ வேதத்தையாவது சூத்திரத்தையாவது இதிகாசங்களோடு புராணங்களையாவது அத்தியயனம்செய்து, பதங்களில் அத்தியயனஞ்செய்தலாகிய சதாப்பியாசம் (இடைவிடாப்பழக்கம்) ஜபமெனப்படும்" என்று யுக்திகளால் ஆவாதம் சிந்திக்கும் இலக்ஷணமுடைய சதா அப்பியசிக்கும்வடிவினதாகிய மனனத்திற்கும் நியமத்தில் அடக்கம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. விஜாதீயபிரத்தியயத்தை நிரோதித்தல்பூர்வக சஜாதீயபிரத்தியயப்பிரவாகரூபமாகிய நிதித்தியாசனமானது சொல்லப்பட்ட இலக்ஷணமுள்ள தியானத்தில் அடங்கும். அதுவும் அதன் பரிபாகவடிவமாகிய சமாதியால் ஆத்துமசாட்சாத்காரவாயிலாக மோக்ஷத்திற்கு ஹேதுவாம். ஈசுரார்ப்பண புத்தியாக நிஷ்காமகர்மத்தை யநுஷ்டித்தலாகிய கர்மயோகம் "தப:ஸ்வாத்யாயேச்வரப்ரணிதாநாநி க்ரியாயோக: ‖ தவம் சுவாத்தியாயம் ஈசுவரப்பிரணிதானம் என்பவை கிரியாயோகம்" என்று பாதஞ்சலசூத்திரத்திற் கூறப்பட்ட நியமத்திற்குட்பட்ட கிரியாயோகத்திலடங்கும். அவற்றுள் தவம் ஈசுவரகீதையில் "உபவாஸபராகாதிக்ருச்ச்ரசாந்த்ராயணாதிபி: | சரீரசோஷணம் ப்ராஹுஸ்தா

ஶரீரோபஶோஷணம் ॥ * பராக கிருச்சிர சாந்திராயணமுதலிய விரதங்களால் சரீரத்தை உலர்த்துதல் உத்தமதவமென்று தவமுடையோர் கூறுவர்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஸுவாத்தியாயமும் அதில் (ஈசுவரகீதையில்) "வேதாந்தஶதருத்ரீயப்ரணவாதிஜபம் புதா: । ஸத்வஶுத்திகரம் பும்ஸாம் ஸ்வாத்யாயம் பரிசக்ஷதே ॥ வேதாந்தம் (உபநிஷத்து) சதருத்திரீயம், பிரணவமுதலியவற்றின் ஜபத்தைப் புருஷர்களுக்குச் சத்துவ(அந்தக்கரண) சுத்தியைத்தரும ஸுவாத்தியாயமாமென்று விவேகிகள் கூறுவர்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரப்பிரணிதானமும் அதில் (ஈசுவரகீதையில்) "ஸ்துதிஸ்மரணபூஜாபிர்வாங்மந:காயகர்மபி: । ஸுநிஶ்சலா ஶிவே பக்திரேததீஶ்வரபூஜநம் ॥ வாக்கு மனம் காயம் என்பவற்றின் கர்மங்களாகிய துதி, ஸ்மரணம், பூஜை யென்பவற்றால் மிக நிச்சலமாகிய பக்தி யுண்டாகின்றது. இது ஈசுவரபூஜனமாம்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கிரியாயோகமும் பரம்பரையாகச் சமாதியினால் ஆத்மசாட்சாத்காரவாயிலாகவே மோக்ஷத்திற்கு ஏதுவாமென்பது "ஸமாதிபாவநார்த: க்லேஶதநூகரணார்தஶ்ச ॥ சமாதிபாவனையின் பொருட்டும் கிலேசத்தைக் கெடுக்கும் பொருட்டுமா" மென்னும் அடுத்த சூத்திரத்தால் பதஞ்சலிபகவானால் ஸ்பஷ்டமாக்கப்பட்டிருக்கிறது. "பஜ்யதே ஸேவ்யதே பகவதாகாரமந்த:கரணம் க்ரியதே அநயேதி பக்தி: ॥ பஜிக்கிறது=இதனால் அந்தக்கரணம் பகவதாகார(வடிவ)மாகச்செய்யப்படுகிறது. அதனால் பக்தியெனப்படும்" என்னும் காரணவிற்பத்தியால் (சொல்லிலக்கணத்தால்), "ஶ்ரவணம் கீர்த்தநம் விஷ்ணோ: ஸ்மரணம் பாதஸேவநம் । அர்ச்சநம் வந்தநம் தாஸ்யம் ஸக்யமாத்மநிவேதநம் ॥ சிரவணம், கீர்த்தனம் விஷ்

(*) பராகமுதலியவற்றின் இலக்கணம் பராசரஸ்மிருதியிற் காண்க.

ஸ்மரணம், பாதசேவனம், அர்ச்சனம், வந்தனம், தாசியம் (அடிமைத்தன்மை), சக்கியம்(தோழமை), ஆத்துமநிவேதனம்'' என்று ஒன்பதுவிதமாகச்(பதுமபுராண முதலியவற்றிற்)சொல்லப்பட்ட சாதனபக்தி சொல்லப்படுகின்றது. அது (சாதனபக்தி) ஈசுவரப்பிரணிதான வடிவமாகிய நியமத்தில் அடங்குகிறது. அதுவும் சமாதிக்கு ஏதுவாமென்பது பதஞ்சலிபகவானால் "ஈஸ்வரப்ரணிதாநாத்வா அல்லது ஈசுவரப்பிரணிதானத்தால்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரவிஷயகமாகிய பிரணிதானமென்னும் பக்தி விசேஷத்தால் சமாதிலாபம் (சமாதிபலம்) உண்டாகின்றதென்பது சூத்திரத்தின் பொருள். ஸஜநம் ப்ரணஸ்ய மநஸோ பகவதாகாரதாரூபம் ஸக்தி:- பஜனம்=அந்தக்கரணம் பகவதாகாரமாதல் பக்தியென்னும் பாவவிற்பத்தியால் பிரயோஜன வடிவமாகிய பக்தி சொல்லப்படுகின்றது. அதுவே பிரேமபக்தியெனப் படுகின்றது. அதன் இலக்ஷணம் நாராயணதீர்த்தரால் "ப்ரேமபக்திர்யோகஸ்து ஈஸ்வரசரணாரவிந்தவிஷயகைகாக்ர்யாத்யந்தப்ரேமப்ரவாஹோऽநவச்சிந்ந: ॥ஈசுவர சரணாரவிந்தத்தை விஷயிக்கும் ஏகாக்கிரமாகிய அத்தியந்தப்பிரேம (பிரிய)ப் பிரவாகமாகிய அனவச்சின்னம் (இடையின்மை) பிரேமபக்தியோகமாம்'' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. மதுசூதனசரஸ்வதிகளால் "த்ருவீபாவபூர்விகா மநஸோ பகவதாகாரதாரூபா ஸவிகல்பகவ்ருத்திர் பக்தி: ॥ திரவத்தன்மை பூர்வகமான மனதின் பகவதாகாரத்தன்மை வடிவினதாகிய சவிகற்பவிருத்தி, பக்தியாம்'' என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது "ச்ரத்தாபக்திதயாநயோகாதவேஹி ॥ சிரத்தை பக்தி தியான யோகங்களால் அறிக" என்னும் சுருதியாலும், "பக்த்யா மாமபிஜாநாதி ॥ பக்தியால் என்னையறிகிறான்'' என்னும் ஸ்மிருதியாலும் ஆத்துமசாக்ஷாத்காரவாயிலாக மோக்ஷ ஏதுவாம். பக்தர்களோ, சுகமே புருஷார்த்தமாகையால்

துக்கமின்மைக் கபின்னமான நிரதிசயசுகத்தின் தாரைவடிவமாகிய பிரேமபக்தியே புருஷார்த்தமென்று கூறுவர். அதுவோ (பிரேமபக்தியோ) சம்பிரஞ்ஞாத சமாதியிலடங்குகின்றது. இதனாலே அஷ்டாங்கயோகத்திற் கந்நியமாகப் பரமபுருஷார்த்த சாதனமொன்றுமில்லை யென்பது சித்தித்தது. (௧௧௪)

நான்காமுபதேச முற்றுப்பெற்றது.

ஹடயோகப்பிரதீபிகை.

